



WESOŁA

wiadomości sąsiedzkie

ISSN 2300-0414

Lipiec – Sierpień 2015 r. • GAZETA BEZPŁATNA

Nr

171



Fot. OK Wesoła

Chrzęst oreża i świst strzał

Wojowie, rycerze, rzemieślnicy i żołnierze – mieszkańcy dzielnicy Wesoła w ubiegłą sobotę wybrali się w podróż w czasie przez całą historię Polski. Od wczesnego średniowiecza przez Rzeczpospolitą Szlachecką aż po czasy II wojny światowej. Okazją był pierwszy Piknik Historyczny, zorganizowany przez Ośrodek Kultury w Wesołej.

Akcja pikniku toczyła się żywo od samego początku. Podczas pierwszego pokazu Mazowieckiej Drużyny Wojów Weles widzowie oglądali walki wojów z wczesnego średniowiecza. Prowadzący pokaz barwnie opisywał ówczesne zwyczaje, nie tylko wojenne. Po walkach wojów przyszedł czas na rycerzy w płytowych zbrojach, którzy mimo wyjątkowego gorąca tego dnia dzielnie walczyli w szrankach.

Pomiędzy kolejnymi pokazami goście pikniku mogli posłuchać muzyki z dawnych epok wykonywanej na lutni z towarzysze-

niem bębna i śpiewanej na cztery głosy. Oczywiście nie zabrakło poruszającego wykonania „Bogurodzicy”.

Na terenie OSP Wesoła, która ugościła piknik, postawiono kilka namiotów, a w każdym z nich można było dowiedzieć się czegoś o innej epoce. Goście pikniku uczyli się strzelać z łuku, poznawali metody używane przez szyfrantów i łącznościowców polskich podczas II wojny światowej.

Najwięcej emocji wzbudził chyba pokaz umiejętności jeźdźców – polski pan pancerny oraz Tatar popisywali się władaniem włócz-

nią, strzelaniem z łuku w jeździe na koniu, cięli bronią białą małe cele. Każdy kolejny popis kończył się owacjami.

Przez teren Pikniku przewinęło się około 300 osób, odwiedzały nas rodziny z dziećmi, a także seniorzy z Wesołej. Wniosek jest tylko jeden – to nie ostatnia taka impreza w naszej dzielnicy!

Patronami Pikniku Historycznego byli: TVP Historia, Wiadomości Sąsiedzkie, Sklep Raduś, portale Dzieje.pl, Czasdzieci.pl, Historykon oraz Histmag.

Honorowy patronat nad imprezą objął burmistrz dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy pan Edward Kłos.

Przy organizacji pomogła także OSP Wesoła oraz restauracja Zakątek.

Błażej Grygiel





HALA basenowa



SANARIUM





www.wesolandia.pl
ul. Wspólna 4, Warszawa-Wesoła; tel. 22 773 91 91



CARDIO Fitness



SILOWNIA



groszek

ul. Jana Pawła II 110
ul. Rumiankowa 18

Godziny otwarcia:
Pn-Pt: 6:00-22:00
Sob: 6:00-21:00, Nd: 8:30-17:00

Promocja obowiązuje do końca lipca 2015 r. lub do wyczerpania zapasów



Mix śmietankowy z Ostrołęki
200 g
OSM Ostrołęka



Krem Nutella
230 g
Ferrero



Serek Almette
Śmietankowy
150 g
Hochland



Baton Kinder Bueno
43g
Ferrero



Coca-Cola
2,25 l
Coca-Cola



Kawa Jacobs
Cronat Gold
200 g
Mondelez



Kielbasa Domowa
cena za kilogram
Stół Polski



Napój Hellena
biała, żółta,
czerwona
1,25 l
Jutrzenka Co



Lody Magnum
120 ml
Algida

Z prac Rady Dzielnicy



Czerwcową sesję Rady Dzielnicy odbyła się 18 czerwca. Wiodącym tematem była informacja o stopniu zaawansowania prac nad planami zagospodarowania przestrzennego. Z jednej strony, dla mieszkańców osiedla Plac Wojska

Polskiego były dobre wiadomości – wreszcie udało się zakończyć wszelkie niezbędne uzgodnienia i wkrótce gotowy projekt planu trafi do zaopiniowania przez Radę Dzielnicy, a jesienią ma być przyjęty przez Radę Warszawy. Niestety dla Starej Miłośny Południe sprawy nadal nie wyglądają dobrze. SKO od prawie roku nie rozpatrzyło odwołania Miasta od odmowy (wydanej już po raz trzeci) zmiany przeznaczenia części gruntów leśnych na cele nieleśne. W związku z tym cała procedura przygotowania nadal stoi w miejscu, a co gorsza, w związku z przedłużającym się procesem (przygotowanie planu ciągnie się już osiem lat) projektant planu wypowiedział umowę na jego realizację. Na szczęście dotychczas wykonane opracowania stanowią własność Miasta i jak tylko uda się przełamać zupełnie irracjonalny upór marszałka Struzika, zostanie wyłoniony nowy projektant, który tylko będzie musiał go zaktualizować i dokończyć. Cała ta sytuacja jest poważnym problemem. Brak planów zagospodarowania co jakiś czas odbija się nam czkawką. W miejscach, gdzie projekt planu ich nie przewidywał, na bazie otrzymywanych warunków zabudowy (Urząd nie zawsze ma podstawy do wydania odmowy inwestorowi) pojawiają się niezbyt chciane inwestycje – kolejne markety czy bloki.

W kolejnym punkcie Rada zajmowała się rozdysonowaniem dodatkowego miliona złotych, jaki udało się Zarządowi Dzielnicy uzyskać na tegoroczne inwestycje. Cała kwota została przeznaczona na zaplanowane wcześniej inwestycje,

na które z racji szczupłości tegorocznego budżetu było mniej środków, niż wymagał

pełny zakres ich realizacji. Z tej kwoty 500 tys. zostało przeznaczone na dokończenie ul. Szklarniowej, 100 tys. na ul. Głowackiego, 170 tys. na ul. Rysią, 60 tys. na ul. Letnią, 80 tys. na ul. Śliską, 90 tys. na termomodernizację Ośrodka Kultury.

Następnie Rada zapoznała się z informacjami o przebiegu prac na Budżetem Partycypacyjnym, o pozyskiwaniu środków zewnętrznych, funkcjonowaniu komunikacji miejskiej i pracy komórek organizacyjnych Urzędu na rzecz mieszkańców. W związku z tym ostatnim punktem warto wyjaśnić, czemu w naszym Urzędzie, gdzie nigdy nie było kolejek, pojawił się kolejkomat. Otóż władze miasta od dawna prowadzą politykę standaryzacji wszystkich urzędów dzielnic. Od wielu lat były naciski na jego instalację. Obecnie, w związku z zainstalowaniem nowego i większego systemu kolejkowego w Urzędzie Dzielnicy Wilanów, zwolnił się dotychczasowy tam zainstalowany system. W związku z tym, mimo obiekcji naszego Zarządu Dzielnicy, został do nas przeniesiony ten z Wilanowa. Może to nieco wygląda na przerost formy nad treścią, ale skoro nic nie kosztował, a daje pewne dodatkowe możliwości, jak monitorowanie ilości i czasu załatwianych spraw, to może nie ma co się na niego obrażać.

Na koniec sesji Rada Dzielnicy przyjęła protokół z kontroli Komisji Rewizyjnej dotyczącej zasad udostępniania ajentom kuchni i stołówek szkolnych. W toku kontroli komisja nie ujawniła zaniedbań czy niegospodarności. Ponadto, także na wniosek badającej sprawę Komisji Rewizyjnej, Rada Dzielnicy odrzuciła skargę Stowarzyszenia „Woda i Przyroda” na działania Zarządu jako bezzasadną.

Kolejna sesja zapowiedziana jest na 9 lipca br. na godz. 14.00. Szczegółowy program będzie dostępny na 7 dni wcześniej w Internecie, zainteresowane osoby serdecznie zapraszam.

Chciałem jeszcze nawiązać do opublikowanego w pewnej lokalnej gazecie apelu do mnie jako Przewodniczącego Rady:

1. Nie jest prawdą, że sesja 11 maja była zwołana w odpowiedzi na wystąpienia medialne rzecznika GDDKiA. Owszem, najpierw pojawiły się w tej sprawie doniesienia medialne, ale jeszcze przed zwołaniem sesji otrzymaliśmy oficjalne pismo GDDKiA informujące o zakończeniu prac nad raportem środowiskowym i rekomendacją, jaką przyjęła GDDKiA dla odzinka WOW przez Wesołą.
2. Aby kogoś gościć na sesji, nie wystarczy zaproszenie. Jeszcze ten ktoś musi je przyjąć. Jeszcze na godzinę przed sesją w naszym Urzędzie byli przedstawiciele GDDKiA. Nieste-

71 ROCZNICA POWSTANIA WARSZAWSKIEGO

W dniu 1 sierpnia br. w kościele im. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Starej Miłośny przy ul. Borkowskiej 1 o godzinie 11.00 odbędzie się uroczysta msza święta z okazji kolejnej rocznicy wybuchu Powstania Warszawskiego.

W uroczystości udział wezmą władze dzielnicy Wesoła oraz lokalne organizacje pozarządowe.

Po mszy złożone zostaną okolicznościowe wieńce w miejscach pamięci usytuowanych przy kościele.

Do udziału w tym doniosłym wydarzeniu zapraszają mieszkańców Wesołej: ksiądz prałat Krzysztof Cyliński – proboszcz Parafii oraz Zarząd i Rada Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy.

UDz Wesoła

ty nie wyrazili na obecnym etapie postępowania zainteresowania spotkaniem z radnymi.

Natomiast w pełni się zgadzam z dwoma ostatnimi akapitami tego „apelu”. W sprawie WOW potrzebna jest jasna i czytelna debata. Potrzebna jest uczciwa, pozbawiona demagogii kampania informacyjna, dzięki której mieszkańcy będą mogli uzyskać pełną informację o rozpatrywanych wariantach, szczegółach technologicznych ich wykonania i zagrożeniach, jakie ze sobą niosą. Informacja o zasadach toczących się procedur związanych z lokalizacją WOW, uprawnieniach organów, terminach odwołań itp. Niestety, jako Przewodniczący Rady Dzielnicy w tej kwestii mam niewielkie możliwości, a przyjęte 11 maja stanowisko związało ręce Zarządowi Dzielnicy. Emocjonalne hasło „Nie dla każdego wariantu” i idący za nim brak działań lokalnych władz jedynie otwierają inwestorowi, czyli GDDKiA, możliwość realizacji wariantu najkorzystniejszego dla siebie (bo najtańszego), czyli „zielonego”, będącego jednocześnie najgorszym z możliwych rozwiązań dla naszej dzielnicy.

Marcin Jędrzejewski
przewodniczący Rady

Drodzy Sąsiedzi,
z przyjemnością przekazujemy
Wam lipcowo-sierpniowy numer
„Wiadomości Sąsiedzkich”.
Kolejne wydanie ukaże się
w drugim tygodniu września
2015 r. Życzymy Wam słonecz-
nych wakacji i do zobaczenia!

Redakcja

Wschodnia Obwodnica Warszawy



Jej przebieg przez Wesołą w ogóle, a także konkretnie warianty tegoż przebiegu budzą w nas, mieszkańców, ogromne emocje. Są co prawda jeszcze tacy, którzy naiwnie wierzą, że tę inwestycję uda się zatrzymać.

Ale brutalna prawda jest taka,

że od 2007 roku szansa na to już nie ma. Wówczas bowiem została wydana decyzja środowiskowa zatwierdzająca przebieg trasy S17 (do Lublina) wraz z fragmentem WOW przebiegającym przez teren Wesołej. Co prawda, z przyczyn proceduralnych decyzja dla odcinka między węzłem Zakręt a węzłem Drewnica została uchylona, ale już lokalizacja samych tych węzłów nie! Nie trzeba być specjalistą, wystarczy spojrzeć na mapę i gołym okiem widać, że połączenie tych węzłów poza terenem Wesołej niestety po prostu nie jest możliwe.

Główną siłą obiecującą obecnie mieszkańcom, że wbrew zdrowemu rozsądkowi przebieg WOW poza Wesołą jest możliwy, jest nasz lokalny PiS. Powoduje to u mnie spory niesmak i przypomina stare przysłowie „Na złodzieju czapka gore”. Bo fakty są takie, że po raz pierwszy zgodę na przebieg obwodnicy przez Wesołą dała Rada Warszawy w 2006 roku, uchwalając studium uwarunkowań dla m.st. Warszawy (kiedy większość w niej miał PiS, a prezydentem stolicy był Lech Kaczyński), a poparł ją w 2007 rząd (również PiS) w osobie minister Grażyny Gęsićkiej, która wydała przytoczoną powyżej decyzję środowiskową z przebiegiem WOW przez Wesołą. Uzasadnienie wyboru pani minister było krótkie – wariant WIIIA (pomiędzy Zieloną i Centrum, potem tunelem i dalej przez Groszówkę koło Hipodromu) jest najlepszy środowiskowo, społecznie, transportowo i ekonomicznie. Podkreśliła też jego zgodność z wszystkimi wcześniejszymi ustaleniami i rezerwami terenu istniejącymi w dokumentach planistycznych m.st. Warszawy, co powoduje jego najmniejszą konfliktowość. I gdyby nie małeńka rybka (strzebla błotna), oraz niewyraźny podpis Pani Minister, to budowa WOW już by się kończyła.

Dlatego zamiast rozbudzać w ludziach fałszywe nadzieje, że jak po jesiennych wyborach zmieni się rząd, to nowy nie dopuści do tej inwestycji, lepiej by było zebrać siły i wspólnie negocjować rozwiązania najmniej szkodliwe dla naszej dzielnicy. Jednak czy dziś stać nas na jedynomyślność? Czy też mamy różne podejścia do obwodnicy? Ja podzieliłabym naszą społeczność na cztery grupy:

Pierwsza grupa to mieszkańcy, którzy nie chcą WOW w żadnym wariantcie. Rozumiem to i gdyby było to możliwe, popierałabym ich obiema rękami. Ale fakty są takie, jakie są, cała inwestycja ma uzgodnione dwa węzły: Drewnica oraz Zakręt. I najkrótsza, najmniej kosztowna linia łącząca te węzły biegnie przez teren naszej dzielnicy. Żadne przepisy nie powstrzymają inwestora przed realizacją zamierzenia, nawet przy protestach części mieszkańców. A brak jednoznacznego wskazania z naszej strony daje mu wolną rękę w wyborze najlepszego dla siebie wariantu, czyli wariantu „Zielonego” na nasypie wzdłuż Niemcewicz a bez węzła przy ul. 1 Praskiego Pułku.

Druga grupa to mieszkańcy sprzeciwiający się budowie, ale rozumiejący nieuchronność budowy WOW, dla których jednak wariant wzdłuż Niemcewicz a jest nie do przyjęcia. Wesoła podzielona jest Okuniewską, Traktem Brzeskim, a teraz doszłaby jeszcze WOW. Dodatkowo wariant ten w poprzedniej procedurze nie był w ogóle brany pod uwagę, wręcz był odrzucony jako szkodliwy społecznie, ekonomicznie, środowiskowo. Ze względu na położenie nie ma też możliwości wybudowania węzła, a więc na obwodnicę musielibyśmy wjeżdżać w Zakręcie lub przy Okuniewskiej w Rembertowie.

Trzecia grupa to mieszkańcy, którym jest wszystko jedno. Jeśli trzeba, podpiszą petycję przeciw budowie, ale nie będą głośno protestować. Mieszkają daleko od planowanego przebiegu albo w ogóle nie są zainteresowani całym konfliktem.

Wreszcie czwarta grupa to mieszkańcy, którzy popierają budowę. Wielu spośród nich to mieszkańcy Starej Miłosny, którzy mają dosyć setek samochodów rozjeżdżających ich ulice, dość ogromnych korków przy wyjeździe z osiedla w kierunku Warszawy. Dla nich WOW to szansa na spokojniejsze życie i lepszy dojazd do innych części Warszawy. W pełni rozu-

miem więc postawę części radnych ze Starej Miłosny nie popierających stanowiska Rady o sprzeciwie wobec planów budowy WOW. Bo odważnie działali w interesie swoich sąsiadów i wyborców, którzy na co dzień są narażeni na stanie w gigantycznym korku na Trakcie Brzeskim oraz mają pod oknami setki samochodów, próbujących te korki osiedlowymi uliczkami objechać. Przecież po zbudowaniu wiaduktu w Kołbieli, a potem trzypoziomowego węzła w Zakręcie ta sytuacja jeszcze drastycznie się pogorszy!

Jeszcze mniej rozumiem stanowisko radnych PiS z Wesołej Centrum. Zamiast w interesie swoich wyborców ze wszystkich sił walczyć z najgorszym z możliwych wariantów, czyli wariantem „zielonym” (na wysokim nasypie wzdłuż ul. Niemcewicz a), pod polityczne dyktando głosują przeciw każdemu wariantowi. A przecież, drodzy Państwo, **nie ma co więcej się łudzić – kto na tym etapie procedury zamiast włączyć się w merytoryczną dyskusję nad zminimalizowaniem skutków dla naszej dzielnicy sprzeciwia się każdemu z proponowanych wariantów, tak naprawdę otwiera drogę dla inwestora do realizacji najgorszego dla nas wariantu, czyli właśnie „zielonego”**. Bo skoro Rada Dzielnicy protestuje przeciw każdemu z przedstawionych rozwiązań, to inwestor zrealizuje ten, który jemu najbardziej pasuje, bo jest najtańszy!

Prace nad „ringiem” opasującym Warszawę są już bardzo zaawansowane. Południowa Obwodnica Warszawy ma już trzech wykonawców na trzy ostatnie odcinki od węzła Puławska do węzła Lubelska. Każdy z nich ma około 40 miesięcy (bez miesięcy zimowych) na wykonanie odcinka, a więc do 2020 roku POW zostanie zakończona. W najbliższych tygodniach ma być wyłoniony wykonawca węzła Zakręt. Dlatego Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad, posiadając miliardy złotych dofinansowania unijnego na tę inwestycję, robi wszystko, aby zamknąć ten pierścień, budując wschodni odcinek. Musimy więc, jako dzielnica, zebrać siły i wywalczyć jak najkorzystniejsze rozwiązanie jego przebiegu. I tak stracimy wiele z charakteru naszej dzielnicy. Straćmy więc jak najmniej, a może ugramy przy okazji jakieś bonusy. W 2007 roku obiecano nam nad tunelem rozległe tereny rekreacyjne. Czemu by teraz nie żądać tego samego?

Anna Księżopolska

Poślizg na Granicznej



Były optymistyczne zapewnienia, a wyszło jak zwykle. Mimo toczących się od niemal roku prac do tej pory ZMID, czyli instytucja odpowiedzialna za nowe inwestycje drogowe w Warszawie, nie uporał się z formalnościami związanymi

z budową dalszego odcinka ul. Granicznej (czyli tzw. drogi do Międzyzlesia). Co prawda procedury są już bliskie finiszu, na dniach spodziewana jest decyzja środowiskowa dla tej inwestycji, po której już tylko pozostaje wystąpienie o ZRID (odpowiednik pozwolenia na budowę dla dróg) i wykonawca

będzie mógł rozpocząć prace budowlane. Niestety, względem zapowiadanego wcześniej na czerwiec terminu rozpoczęcia tych prac będzie to opóźnienie rzędu 2–3 miesięcy. Szczęśliwie nie jest to trudna technicznie inwestycja, a wykonawca (Zakład Budowy Dróg i Mostów z Mińska Mazowieckiego) to spora i mająca duże doświadczenie firma, więc prace budowlane nie powinny trwać zbyt długo. Niestety, zamiast w czasie wakacyjnego rozluźnienia, wypadną w czasie powakacyjnych korków...

Oficjalnie, zawarty w umowie termin zakończenia inwestycji przypada na 30 września br., co jednak nie znaczy, że wykonawca w związku z przedłużającymi się procedurami nie wystąpi o jego przedłużenie, choć do tej pory tego nie zrobił.

Powyższe informacje dotyczą jedynie pierwszego etapu inwestycji, czyli od granicy Wesołej do ul. Ko-

ciszewskich. Drugi etap, do pętli autobusowej przy ul. Mchów, także nie wygląda najlepiej. Początkowo ZMID chciał powierzyć te prace wykonawcy pierwszego etapu na zasadzie rozszerzenia zlecenia. Niestety cena okazała się zbyt wysoka. W związku z powyższym został zorganizowany przetarg, który wygrał... Zakład Budowy Dróg i Mostów z Mińska Mazowieckiego, czyli ta sama firma... W związku z tym, że procedury przetargowe zajęły sporo czasu, zaawansowanie prac nad tym odcinkiem jest dużo mniejsze. Umowny termin realizacji prac budowlanych określa ich zakończenie na koniec tego roku.

Mam nadzieję, że już teraz uda się dotrzymać tych terminów, bo Trakt Brzeski „pęka w szwach” i alternatywny dojazd do centrum Warszawy jest nam naprawdę pilnie niezbędny.

Marcin Jędrzejewski

CZERWONE czy ZIELONE

– czyli o wariantach przebiegu WOW przez Wesołą

Mieszkam, chodzę, biegam i jeżdżę na rowerze po Wesołej od lat, więc trochę się orientuję, jak nasze lasy są użytkowane. Dodatkowo wykształcenie z zakresu psychologii środowiskowej pozwala mi spojrzeć na sprawę trochę szerzej. Pozwolę sobie więc pokazać, czym różnią się dwa rozpatrywane warianty przebiegu WOW.

Jest duża różnica między „wyciętym lasem” i przeciętą przestrzenią w obu wariantach. Wariant „czerwony” między al. Piłsudskiego i ul. 1 Praskiego Pułku prowadzi głównie przez tereny hipodromu. Te tereny i tak są bardzo słabo dostępne i rzadko użytkowane przez większość mieszkańców. Nie prowadzą tędy również prawie żadne „szlaki komunikacyjne”. Obszar ten jest w pewnym sensie martwy społecznie. Mieszkańcy, tracąc go, tracą niewiele.

Fragment od 1 Praskiego Pułku do Niemcewicz przecina już duży obszar leśny z zabudową. Ale po pierwsze planowany był w tunelu, co powoduje, że po utrudnieniach spowodowanych budową po prostu „zniknie”, nie powodując powstania bariery przestrzennej. A po drugie nawet tam, gdzie pozostanie na powierzchni, zabierając kawałek lasu (ba, nawet jakby droga miała tam nie biec w ogóle w tunelu), będzie to tylko odkrojenie fragmentu z większego kompleksu, amputacja, która nie spowoduje, że ten wielki obszar leśny łączący się z Lasem Sobińskiego przestanie być wystarczająco duży, aby pozostać atrakcyjnym.



Wizualizacja wiaduktu WOW nad ul. 1 Praskiego Pułku

Wariant obecnie proponowany przez GDDKiA („zielony”) najpierw biegnie przez ujęcia wody w Sulejówku. Ale główny problem polega na tym, że potem droga wg projektu biegnie wzdłuż „zielonej osi” Wesołej. Czyli niezbyt szerokiego, lecz długiego na kilka kilometrów pasa lasu, wzdłuż którego skupiają się osiedla Wesołej. To jest obszar bardzo intensywnie użytkowany społecznie.

Użytkowany zarówno do rekreacji, jak i do codziennej komunikacji (przemieszczanie się między osiedlami, dojścia do komunikacji miejskiej, do kościoła), jest również zielonym zapleczem dla co najmniej dwóch szkół.

Poprowadzenie drogi przez ten obszar z jednej strony spowoduje zniszczenie wspomnianych wyżej szlaków komunikacyjnych między

osiedlami (pozostanie tylko jedno połączenie przez ul. 1 Praskiego Pułku), niszcząc naturalne powiązania społeczne.

Z drugiej strony ten obszar kompletnie przestanie pełnić swoje funkcje rekreacyjne. Las w tym miejscu jest na tyle wąski, że po przeprowadzeniu drogi, po odcięciu tak dużego procenta zieleni nie będziemy mieli „reszty lasu”, a jedynie „zalesione okolice drogi”.

Wracając do porównania wariantów, można powiedzieć, że wycięcie kawałka lasu w wariantcie „czerwonym” to jak katastrofa tankowca na morzu, ropa się rozleje, będzie źle, ale morze to przeżyje. „Zielony” wariant obwodnicy to jakby ten sam tankowiec rozbił na jeziorze. Nie zostanie już nic.

Wszystkim warszawiakom, którzy nie rozumieją mieszkańców Wesołej, czemu przeszkadza im wycięcie „małego lasu”, tam gdzie mieszka mniej ludzi”, proponuję takie ćwiczenie myślowe: czemu nie zbudować nowej drogi w Warszawie przez Łazienki lub Pola Mokotowskie? Kawał wolnej przestrzeni, nie trzeba wyburzać żadnych domów. Dla większości mieszkańców Wesołej nasza „zielona oś” to właśnie nasze Łazienki i nasze Pola Mokotowskie.

Pomijam w tych rozważaniach brak węzła przy ulicy 1 Praskiego Pułku, który dodatkowo oburza wielu mieszkańców (droga u nas, ale nie dla nas). Rozumiem, że wariant „czerwony” jest droższy. Ale to ma być wybudowane tylko raz. Ta droga nie zmieni przebiegu za 5, 10 czy 20 lat. Niech będzie więc zrobiona dobrze.

Adam Foland



autor mapy I.G. Bal

OBWODNICA W WESOŁEJ – TYLKO Z WĘZŁEM I TUNELEM!

Kto z mieszkańców naszej dzielnicy skorzysta na wariacie ZIELONYM rekomendowanym przez GDDKiA? NIKT albo niewielu z nas. Dlatego musimy go powstrzymać!

Sprawa obwodnicy w Wesołej jest przesądzona – ring WOW musi się domknąć, węzły Zakręt i Drewnica mają już decyzje środowiskowe, za moment rusza ich budowa.

Ale nadal wielu mieszkańców wierzy, że obwodnica może nie powstać, że dzięki postawie mieszkańców Wesołej, którzy „staną murem i powiedzą NIE” uda się przez kolejne lata blokować jej budowę. Niestety to nieprawda. W 2007 r. wydano prawomocną decyzję o budowie WOW w wariantie WIIIA (dzisiejszym czerwonym). **Postawa Wesołej („nie dla obwodnicy”) została w tym procesie uznana za syndrom „nie przez moje podwórko” i całkowicie pominięta.**

Czemu więc poprzednio udało się uchylić tę decyzję? Dzięki przypadkowemu i drobnemu urzędniczemu błędowi formalnemu, który po wieloletnim procesie w sądzie administracyjnym stał się podstawą jej unieważnienia. Sądy administracyjne nie oceniały zasadności budowy WOW jako takiej. I w przyszłości również tego nie zrobią. Natomiast determinacja GDDKiA, aby wreszcie doprowadzić sprawę do końca, wzrosła. Znowu Imperium kontratakuje...

Są wśród nas tacy, którzy nadal wierzą, że mówiąc „nie dla obwodnicy”, zapobiegą powstaniu WOW. Rozumiemy ich postawę. Jest ona nam emocjonalnie bliska. Obawiamy się jednak, że ich szanse powodzenia są znikome. Jeśli cała Wesoła pójdzie tą drogą, GDDKiA i inne urzędy uznają po raz kolejny, że konsultacje społeczne zostały „odfajkowane”, ale treść protestów jest niemerytoryczna i nie ma potrzeby ich uwzględniać.

O ile „Nie dla obwodnicy” może być linią postępowania mieszkańców czy organizacji społecznych, to od Rady Dzielnicy oczekivalibyśmy czegoś więcej. **Radni powinni doskonale wiedzieć, że na obecnym etapie procedury hasło „nie dla obwodnicy” i związanie swoimi uchwałami rąk Zarządowi Dzielnicy zabiera władzom Wesołej szansę decydowania o naszej przyszłości.** Przecież trzeba zlecić ekspertyzy raportu, na podstawie którego GDDKiA wskazała warianty WOW przez Wesołą. I wynegocjować z inwestorem taki przebieg obwodnicy, który w jak najmniejszym stopniu zaszkodzi mieszkańcom naszej dzielnicy. Postęp technologiczny budowy dróg jest coraz bardziej zaawansowany (choć droższy). Wariantowanie WOW nie może się odbywać na zasadzie tanioci wariantu. Ta droga ma służyć mieszkańcom Warszawy, w tym również nam – mieszkańcom Wesołej. Jeśli WOW powstanie, zostanie z nami na zawsze. Zrobmy wszystko, żeby nie zniszczyła naszej dzielnicy.

A teraz odrzućmy na chwilę emocje. W dyskusji nad WOW padło już wiele argumentów za i przeciw, skupmy się na jednym:

Wariant ZIELONY, wskazany przez GDDKiA jako najlepszy dla naszej dzielnicy, biegnie od węzła Zakręt przez Sulejówek, Szkopówkę, wzdłuż ulicy Niemcewicz pomiędzy urzędem dzielnicy a strażą pożarną, następnie skręca w stronę kościoła „na górze”, w odległości 100 metrów od cmentarza w stronę węzła Rembertów. Na wysokości ul. 1 Praskiego Pułku biegnie na nasypie. **W tym wariantie nie przewidziano węzła dla mieszkańców.**

Co to oznacza dla poszczególnych osiedli dzielnicy Wesoła?

1. Centrum i Groszówka – zostaną narażone na kolejną porcję korków. Dlaczego? To proste. Obwodnica bez węzła przez Wesołą sprawi,

że mieszkańcy (mając pod nosem WOW i ponosząc wszelkie uciążliwości z niej wynikające) będą zmuszeni dojechać dwie ulice i tak już strasznie zakorkowane: Niemcewicz i 1 Praskiego Pułku, chcąc dostać się do jednego z dwóch pobliskich węzłów.

2. **Osiedle Plac Wojska Polskiego** – podobnie, korki na Okuniewskiej nie znikną. Mieszkańcy Wesołej, ale także Sulejówek czy Halinowa będą szukali jak najbliższej drogi do obwodnicy, czyli Okuniewską do węzła Rembertów.

3. **Stara Miłosna** – zamiast ograniczenia ruchu na Trakcie Brzeskim będzie miała wzrost ruchu lokalnego. Przecież wszyscy wyjeżdżający od strony Wawra muszą jakoś na to WOW wjechać. Gdyby powstał węzeł przy ul. 1 Praskiego Pułku (w wariantie czerwonym), mieszkańcy Centrum, Groszówki, Placu Wojska Polskiego wjechaliby na niego, zamiast jechać w stronę Traktu Brzeskiego i węzła Zakręt.

4. **Zielona** – znowu mając w pobliżu WOW i wszelkie uciążliwości z nią związane, mieszkańcy będą musieli przebiegać się dookoła, aby na nią wjechać.

Kto straci na wariantzie zielonym?

5. Wyjątkowo dużo stracą Centrum, Wola Grzybowska i Groszówka, gdyż zostanie bezpowrotnie zniszczony centralny park Wesołej i zastąpiony drogą ekspresową, która nie zaspokoi żadnych potrzeb lokalnych, za to będzie źródłem szkodliwych emisji, m.in. hałasu, bo wariant nie będzie miał tunelu.

6. Straci cała Wesoła, ponieważ zostanie potraktowana jak kawał gruntu do zbudowania drogi ekspresowej o 6 pasach ruchu, którą pojedzie ogromny strumień pojazdów; drogi ekspresowej, do której Wesoła nie będzie miała dostępu, bo wariant ZIELONY nie może posiadać węzła.

Joanna Gorzelińska,

Rafał Rogowski

Stowarzyszenie „Sąsiedzi dla Wesołej”

NIE CHCESZ OBWODNICY W CENTRUM WESOŁEJ? WYŚLIJ SWÓJ PROTEST DO GDDKiA!

W ramach działającej na FB od kilku tygodni grupy „WESOŁA > WOW: Obwodnica Warszawy” oraz Stowarzyszenia „Sąsiedzi dla Wesołej” APELUJEMY o włączenie się do AKCJI PROTESTACYJNEJ wobec decyzji GDDKiA o skierowaniu przebiegu WOW przez CENTRUM WESOŁEJ wariantem tzw. „ZIELONYM” (koło Urzędu Dzielnicy, na nasypie wzdłuż ulicy Niemcewicz).

GOTOWE DRUKI PROTESTU są dostępne w:

1. Kiosku przy Urzędzie Dzielnicy
2. Delikatesach przy ul. 1 Praskiego Pułku / róg ul. Kwiatowej
3. Piekarni PUTKA przy ul. 1 Praskiego Pułku

4. Gabinet „Dom-Vet”, ul. Sikorskiego 74
Wystarczy je uzupełnić danymi, podpisać i wysłać na adres GDDKiA:

Tomasz Rudnicki
(p.o.) Generalnego Dyrektora
Dróg Krajowych i Autostrad
ul. Wronia 53, 00-874 Warszawa

Wypełniony druk można też zostawić w kiosku przy urzędzie – wyślemy go zbiorczo!

Druki dostępne są też na stronie:
<https://www.facebook.com/groups/obwodnica.wesola/> w zakładce PLIKI, pod nazwą: protestdoGDDKiA.pdf

Protest można również wysłać mailowo bezpośrednio do GDDKiA: kancelaria@gddkia.gov.pl

Wszystkie osoby, które chciałyby zaangażować się szerzej w akcję, kolportując druki protestów, prosimy także o kontakt mailowy: jgorzelinska@me.com lub telefonicznie: 608 576 520.

Chętnie przyjmujemy także deklarację punktów usługowych i handlowych, gdzie będzie można wyłożyć druki.

Zachęcamy także wszystkich do przystąpienia na FB do naszej grupy „WESOŁA > WOW: Obwodnica Warszawy”.

Dzięki temu będą Państwo mogli na bieżąco śledzić aktualne informacje o ważnych decyzjach zapadających w sprawie WOW i brać udział w dyskusjach na ich temat.

Joanna Gorzelińska

Stowarzyszenie „Sąsiedzi dla Wesołej”

INICJATYWA LOKALNA!

Chcesz działać w swojej okolicy,
ale potrzebujesz wsparcia?

Skorzystaj z pomocy Urzędu
i razem z sąsiadami zrealizuj-
cie swoje pomysły!

Wejdź na stronę www.inicjatywa.um.warszawa.pl i złóż wniosek o inicjatywę lokalną!



wolontariatu; edukacja, oświata i wychowanie; działalność w sferze kultury fizycznej i turystyki, ochrony przyrody.

Krok II – PRZYGOTOWANIE WNIOSKU

Dla ułatwienia można skorzystać z generatora wniosku, który znajdziesz na stronie www.inicjatywa.um.warszawa.pl. Do złożenia wniosku wystarczy dwie osoby lub organizacja pozarządowa.

Krok III – OCENA WNIOSKU

Ocena wniosku na podstawie kryteriów:

- Forma udziału mieszkańców – szczególnie praca społeczna
- Proporcja kosztów m.st. Warszawy do wartości całego zadania
- Stan przygotowania lub realizacji zadania

- Celowość realizacji zadania z punktu widzenia potrzeb społeczności lokalnej.

Krok IV – USTALENIE SZCZEGÓŁÓW I PODPISANIE UMOWY

Urząd (dzielnicy) zawiera z wnioskodawcami umowę na czas określony o wykonanie inicjatywy lokalnej. Obie strony zobowiązują się w niej do realizacji konkretnych zadań:

- Mieszkańcy oferują swój wkład pracy społecznej, rzeczowy lub finansowy
- Miasto może kupić materiały, zamówić usługi specjalistów lub też udostępnić odpowiedni sprzęt.

Krok V – REALIZACJA INICJATYWY

Mieszkańcy i urzędnicy angażują się w realizację projektu zgodnie z podziałem zadań.

Krok VI – PODSUMOWANIE PROJEKTU

Wspólne przygotowanie sprawozdania.

UM Warszawa

Inicjatywa lokalna w 6 prostych krokach:

Krok I – POMYŚL NA DZIAŁANIE

Zgłaszane pomysły muszą się wpisywać w m.in. jeden z poniższych obszarów: działalność wspomagająca rozwój wspólnot i społeczności lokalnych; działalność charytatywna; działalność na rzecz kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i dziedzictwa narodowego; promocja i organizacja

Układ krążenia pod kontrolą



Przychodnia Medycyny Rodzinnej Centralnego Szpitala Klinicznego Ministerstwa Spraw Wewnętrznych w Warszawie realizuje Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia. Jego celem jest obniżenie zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia. W ramach programu można bezpłatnie wykonać szereg badań diagnostycznych.

Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia adresowany jest w szczególności do osób obciążonych czynnikami ryzyka, będących w wieku 35–55 lat, u których nie została dotychczas rozpoznana choroba układu krążenia. Świadczenia w ramach programu udzielane są bez skierowania. Program obejmuje kompleksowe badania profilaktyczne: wywiad, badania przedmiotowe (pomiar obwodu ramienia, obwodu pasa, masy ciała, wzrostu, wyliczenie BMI, pomiar ciśnienia tętniczego oraz czynności serca), badania biochemiczne: ocena stężenia glukozy, triglicery-

dów, cholesterolu całkowitego, frakcji HDL i LDL, jak również określenie ryzyka incydentu sercowo-naczyniowego wg karty SCORE.

– *Brak profilaktyki i lekceważenie czynników ryzyka prowadzi do rozwoju chorób układu krążenia, a w efekcie do niewydolności serca. Celem realizacji naszego programu jest [...] wczesne wykrywanie, redukcja występowania i natężenia czynników ryzyka* – informuje dr n. med. Dorota Szydłarska, Kierownik Przychodni Medycyny Rodzinnej CSK MSW w Warszawie, specjalista w zakresie chorób wewnętrznych.

Z programu można bezpłatnie skorzystać w Przychodni Medycyny Rodzinnej CSK MSW w Warszawie, przy ul. Wołoskiej 137. Informacje i zapisy pod nr. tel. (22) 508 15 50.

Choroby układu krążenia są główną przyczyną zgonów w Polsce i na świecie. Umieralność w Polsce z tego powodu należy do najwyższych w Europie. Współczesny styl życia sprzyja niestety rozwojowi chorób układu krążenia.

Do najistotniejszych czynników należą:

- nadciśnienie tętnicze (wartość powyżej 140/90 mmHg),
- zaburzenia gospodarki lipidowej (podwyższone stężenie we krwi cholesterolu całkowitego, LDL-cholesterolu, triglicerydów i niskie stężenie HDL-cholesterolu),
- palenie tytoniu,
- niska aktywność ruchowa,
- nadwaga, otyłość – sprzyjają chorobie wieńcowej, miażdżycy i nadciśnieniu (każdy dodatkowy kilogram oznacza dla naszego serca zwiększoną pracę, otłuszczenie serca osłabia jego czynność i prowadzi do niewydolności),
- nieracjonalna dieta – sprzyja nadwadze i podwyższeniu poziomu cholesterolu we krwi,
- upośledzona tolerancja glukozy, cukrzyca,
- wzrost stężenia fibrynogenu i stężenia kwasu moczowego,
- nadmierny stres,
- wiek,
- płeć męska,
- obciążenia genetyczne.

CSK MSW w Warszawie

REKLAMA

economynia
OŚRODEK WIEDZY, WARSZAWA WYSTĄP

**MYCIE RĘCZNE
CZYSZCZENIE
WNĘTRZA
PRANIE
TAPICERKI**

Stara Miłosna ul. Jeździecka 20
vis-a-vis sklepu Piotr i Paweł w Galerii Sosnowej
tel. 507 466 646
PON-PT: 8.00 - 20.00 SOBOTA: 10.00 - 16.00

DOBRY DENTYSTA
Prywatny Gabinet Stomatologiczny
REDENTAL
Marzena Głaz-Koperska

Pełen zakres usług
Wejdź i wyjdź z uśmiechem!

ul. Słowackiego 53a (wejście od Norwida)
Warszawa-Wesoła
501 783 662, 509 336 323

Ile za drzewo



Spotkałem się ostatnio ze znajomym, który był oburzony, że Urząd Dzielnicy wyraził zgodę na przesadzenie dębów kolidujących z planowaną budową Biedronki w Starej Miłośnie. „Bo zapłacimy za przesadzenie, a one i tak przecież uschną...”. Zainspirowało mnie to do przypomnienia na tym przykładzie, jakie są obowiązujące przepisy w tym zakresie.

Po pierwsze, w tej konkretnej sprawie żadna decyzja jeszcze przez nasz Urząd nie została wydana. Cała planowana inwestycja polega na budowie budynku usługowo-handlowego wraz z budową przyłączy do infrastruktury technicznej, budowiejazdu z drogi publicznej i przyległego parkingu, budowie szczelnego zbiornika na wody opadowe i jest ściśle powiązana z sąsiadującą inwestycją polegającą na przebudowie ciśnieniowej osiedlowej sieci kanalizacyjnej. Jak na razie w zakresie ochrony środowiska planowana inwestycja została tylko zaopiniowana. W opinii określono warunki uwzględniające możliwości ochrony zieleni. Urząd Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy przed wydaniem decyzji administracyjnej musi ważyć sprzeczne interesy – z jednej strony ochrona przyrody, z drugiej rozwój miasta i interes inwestora, który też ma swoje jasno określone prawa. Decyzję wydaje się nie tylko w oparciu

o materiały przedstawione przez inwestora, lecz także ekspertyzy niezależnych rzeczoznawców. Zawsze rozważane są możliwości alternatywne, np. zmiana projektu, przesadzenie drzew zamiast ich wycięcia itd. **Poza szczególnymi okolicznościami, przewidzianymi przepisami prawa, wstrzymanie budowy, a tym samym usunięcie drzew, wbrew woli właściciela nieruchomości nie jest możliwe. Jeśli taką odmowę Urząd by wydał, inwestor idzie do sądu i bez problemu wygrywa sprawę.**

Wydanie zezwolenia może być uzależnione od przesadzenia drzew lub krzewów w inne miejsce albo zastąpienia ich innymi drzewami, w liczbie nie mniejszej niż liczba usuwanych drzew. W sytuacji, kiedy drzewa są usuwane lub przesadzane, inwestor ma naliczaną opłatę, w tym konkretnym przypadku ok. 326 000 zł. W sytuacji przesadzania drzew opłata zostaje zawieszona.

Ze względu na przebieg kolektora kanalizacyjnego nie było możliwości innej lokalizacji bryły budynku. By ratować dęby, wypracowano kompromisowe stanowisko, że inwestor je przesadzi przy pomocy specjalistycznej firmy. Przy tej wielkości drzew to operacja bardzo skomplikowana i kosztowna, sądzę, że koszt jest niewiele mniejszy niż opłata za ich usunięcie, a pokrywa go w całości inwestor. Dodatkowo, co ważne, ryzyko jej niepowodzenia spada na inwestora. Bowiem gdyby się tak zdarzyło, że w wyniku przesadzenia którekolwiek z drzew uschnie w okresie 3 lat od przeprowadzenia operacji, to opłata zostaje odwieszona i inwestor jest zobowiązany ją niezwłocznie zapłacić, tak jak za wycięcie drzewa. Płaciłby w tej sytu-

LIPCOWE SPOTKANIA „BEZPIECZNE OSIEDLE”

Delegatura Biura Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego Urzędu m.st. Warszawy w Dzielnicy Wesoła zaprasza na spotkania w ramach programu „Bezpieczne Osiedle” w niżej podanych terminach:

- 8 lipca 2015 r. od godz. 10.00
– Grupa Osiedlowa „Centrum”
- 15 lipca 2015 r. od godz. 10.00
– Grupa Osiedlowa „Zielona”
- 22 lipca 2015 r. od godz. 10.00
– Grupa Osiedlowa „Stara Miłośna”

w siedzibie Delegatury przy ul. 1 Praskiego Pułku 33, pokój –111 (niski parter).

acji dwa razy: raz za przesadzenie, drugi raz za wycinkę, więc na pewno by mu się to nie opłaciło.

W sytuacji, gdyby inwestorem była osoba fizyczna budująca dom mieszkalny, procedury są podobne, z wyjątkiem tego, że jeśli usunięcie drzewa byłoby niezbędne, to osoby fizyczne są zwolnione z opłaty za jego wycinkę. Warto także przypomnieć, że w przypadku wycięcia drzewa bez stosownego zezwolenia na właściciela nieruchomości nakładana jest kara w wysokości trzykrotnej opłaty za legalne usunięcie drzewa. I dotyczy to także osób fizycznych.

Marcin Jędrzejewski

Sezamie, nie daj się otworzyć

Odwieczymy się w dzisiejszych czasach od zapamiętywania. Kiedyś każdy miał w głowie na przykład długą listę numerów telefonicznych do znajomych. Dziś urządzenia przenośne, takie jak telefon, zastępują nas w tym obowiązku, jak i w wielu innych. Znak czasów i postępu. Nasze głowy i tak zajęte są całą masą zadań na co dzień. Być może dlatego konstruujemy hasła do internetowych usług tak, by nietrudno było je sobie przypomnieć. Niestety na to tylko czekają cyberprzestępcy. Słabe hasło łatwo złamać i wraz z nim zawłaszczają nasze bezcenne dane, konta w różnych serwisach lub nawet pieniądze. Każdy może stać się celem takiego ataku, a utrata dostępu do jednej usługi może skutkować natychmiastową próbą przejęcia kolejnych, kiedy stosujemy to samo hasło do wielu usług internetowych.

Od pewnego czasu dużo się słyszy o kolejnych udanych próbach włamania do systemów czy wycieku poufnych danych, które w większości przypadków spowodowane zostały m.in. słabymi hasłami uwierzytelniającymi. Można się ustrzec od tego, pamiętając, by przy tworzeniu hasła do systemów, kont bankowych czy aplikacji internetowych trzymać się następujących zasad i praktyk:

1. Nie używajmy tego samego hasła dla kilku systemów czy aplikacji (statystyczny użytkownik posiada około 26 kont chronionych hasłem, z czego tylko 5 jest różnych).



2. Hasło powinno składać się z minimum 8 znaków, zawierać małe i wielkie litery oraz cyfry (ośmioznakowe hasło wybrane spośród wszystkich 94 znaków dostępnych na klawiaturze standardowej to około 6 miliardów możliwych kombinacji).
3. Zmieniamy nasze hasła co najmniej raz w miesiącu.
4. Unikajmy w hasle elementów, które łatwo powiązać z naszym kontem, np.: nazwy użytkownika, numeru PESEL, imion, daty urodzenia.
5. Nie zezwalajmy przeglądarce na zapamiętywanie naszych hasła.
6. Nie ujawniamy naszych hasła!

By pomóc Wam w tworzeniu dobrych, silnych hasła, poniżej zamieszczamy kilka przydatnych wskazówek:

1. Stwórz hasło składające się z kilku członów (np. z dwóch).
2. Jeżeli często zapominasz hasła do mało odwołanych serwisów, korzystaj z programów zarządzających hasłami, np. darmowy KeePass, <http://keepass.info/>.
3. Aby zapamiętać różne hasła do różnych systemów, stwórz jako podstawę pewien wzorzec, który będziesz modyfikował.
4. Składniki hasła, wzorce niech będą znane tylko Tobie (np. oparte na Twoich doświadczeniach).
5. Posiadaj hasła bardziej skomplikowane dla systemów ważniejszych i prostsze do systemów mniej ważnych.

O tym, jak użytkownicy lekceważą tę kwestię, może świadczyć pięć najczęściej używanych i spotykanych hasła w 2014 roku (wg <http://splashtdata.com/press/worst-passwords-of-2014.htm>). Są to: 123456, password, 12345, 12345678 i qwerty... Jeśli używasz któregoś z nich, radzimy zmienić je zaraz po zakończeniu lektury naszego felietonu. Naprawdę niewielki wysiłek może uchronić przed wielkimi kłopotami.

Aleksander Zawada, Adrian Pupek

Fundacja CyberEtyka
ul. Dolna 12/4, 00-774 Warszawa
KRS 0000541319, NIP 5213687940, REGON 360729498
tel: +48 864 441 380, e-mail:
cyberetyka@gmail.com, www.cyberetyka.pl



PTTK WESOŁA ZAPRASZA

Tradycją naszego koła PTTK stały się spływy na rzekach zaliczanych do trudnych. Szybki nurt, duża ilość zwalonych drzew – takie atrakcje towarzyszyły nam na Skrwie czy Welu. Tym razem zapraszamy Państwa na **spływ rzeką Łyną**.

Źródła rzeki znajdują się w okolicy wsi Łyna, na terenie rezerwatu przyrody Źródła Rzeki Łyny. Jest to rezerwat krajobrazowo-geomorfologiczny z występującym tu zjawiskiem erozji wstecznej, zjawiska bardzo rzadkiego na niżu. Następnie Łyna przepływa przez szereg jezior rynnowych, wśród których największym i najgłębszym jest Jezioro Łąskie, a kończy swój bieg w Obwodzie Kaliningradzkim, gdzie uchodzi do Pregoi.

My przepłyniemy Łyną w górnym jej biegu, przez rezerwat przyrody „Las Warmiński”, znajdujący się między Jeziorem Łąskim a malowniczą wsią Ruś. W rezerwacie znajdziemy starodrzewy sosnowe i dębowe (niektóre ponad 300-letnie), pomniki przyrody, rzadkie gatunki roślin i zwierząt, w tym jelenia europejskiego i wilka. Ale największą atrakcją rezerwatu jest przełom rzeki Łyny. Ma ona na tym odcinku charakter górski, płynie w wysokim wąwozie z urwistymi brzegami. O czystości wody świadczy obecność niezwykle rzadkiego, chronionego krasnorostu hildebrandia rzeczna.

Drugiego dnia spływ będzie miał nieco inny charakter. Przepłyniemy systemem jezior, kanałów oraz rzeką Pisą Warmińską.

Wyjazd: 12 września 2015, zbiórka na parking pod halą sportową przy ul. Pogodnej o godz. 7.00
Powrót: 13 września 2015 w to samo miejsce ok. godz. 21.00

Wpisowe: 210 zł dorośli, 180 zł dzieci do 15 roku życia, płatne do 5 września br., zaliczka 50 zł od osoby w ciągu 7 dni od zgłoszenia.

Noclegi: Ośrodek Wypoczynkowy „Waszeta” (www.waszeta.pl). Domki drewniane 4-, 5- i 6-osobowe, z łazienką.

Wyżywienie: Sobota – obiadokolacja, niedziela – śniadanie, suchy prowiant i obiad po spływie.

Zgłoszenia: do 5 września 2015 r. Zapisy poprzez stronę www.pttkwesola.pl.

Liczba miejsc: 50

Kierownik wyjazdu: Anna Książkowska, tel. kom. 602 344 308.

Zapraszamy także na wycieczkę rowerową do Ossowa i Kobylki

Ossów to miejsce najważniejszych zmagani w czasie Bitwy Warszawskiej w 1920 roku. Będziemy mieli możliwość zwiedzenia miejsc związanych z historią wojny 1920 roku. Odwiedzimy Centrum Informacji Turystyczno-Historycznej w Ossowie, prezentujące materiały archiwalne poświęcone Bitwie Warszawskiej i wojnie polsko-bolszewickiej. W tym roku po raz pierwszy wydłużymy naszą wycieczkę o Kobylkę. Najpiękniejszym zabytkiem Kobylki jest barokowy kościół parafialny pw. Świętej Trójcy – przepiękna świątynia nazywana „Perłą baroku na Mazowszu”.

W Ossowie przewidziane jest ognisko z pieczeniem kiełbasek.

Termin: 5 września 2015 r.

Wyjazd: o godz. 9.00 z miejsca piknikowego przy Ratuszu Wesoła, przy ul. 1 Praskiego Pułku w Wesołej. Cała trasa ok. 50 km (w obie strony).

Wpisowe: 10 zł dorośli, 5 zł dzieci do 15 roku życia (zbierane wpisowe jest przeznaczone na pokrycie kosztów zgody na palenie ogniska) płatne w dniu wyjazdu.

Uwaga: Wszyscy uczestnicy obowiązkowo jadą w kaskach. Należy zabrać ze sobą zapas picia i prowiant na drogę, a także kiełbaski na ognisko.

Dzieci: W wycieczce dzieci mogą brać udział jedynie pod opieką rodziców lub opiekunów.

Trasa jest łatwa, tempo nie będzie duże, będą postoje, ale trasa to bez mała 50 km, więc nie taka krótka...

Kierownik wyjazdu: Bożena Jaźwińska, tel. kom. 510 079 422.

Punkt Aktywizacji Zawodowej
Ośrodka Pomocy Społecznej
Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy
zaprasza do udziału
w zajęciach rozwojowych

„Sukces zaczyna się w głowie”

Podczas spotkań dowiesz się:

- jak mówić, żeby być słuchanym;
- jak tworzyć żywe i udane relacje;
- jak chronić własne granice;
- ile z tego, co o sobie myślisz, jest prawdą;
- jak radzić sobie z krytyką;
- jak czerpać ze swoich możliwości i wziąć sprawę w swoje ręce.

Spotkania w każdy czwartek w godzinach 10-14. Zaczynamy już 18 czerwca! ZAPRASZAMY

Budynek OPS
Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy
ul. 1 Praskiego Pułku 21A
tel. 22 773 94 40, e-mail:
sekretariat@opswesola.waw.pl

Przypominamy także, że jesienią zaplanowane są jeszcze następujące wycieczki:

- 25-27 września – trzydniowa (wyjazd w czwartek wieczorem) wędrownia szlakami Beskidu Małego, kierownik: Marcin Jędrzejewski
- 10-11 października – dwudniowa (wyjazd w piątek wieczorem) wycieczka autokarowa Piastowskim Szlakiem (Gniezno, Kruszwica, Tum...) – Bożena Jaźwińska.

Szczegóły tych wycieczek pojawią się niebawem na naszej stronie www.pttkwesola.pl.

Zarząd Koła PTTK Wesoła

REKLAMA

KANCELARIA ADWOKACKA



SPRAWY CYWILNE:

- ✓ spadkowe
- ✓ zasiedzenia
- ✓ gospodarcze
- ✓ budownictwo

SPRAWY RODZINNE:

- ✓ rozwody
- ✓ opiekuńcze

tel.: **22 201 92 60, 608 529 502**

Stara Miłosna, ul. Jana Pawła II 54

e-mail: majewski.adwokat@wp.pl

PRYWATNY GABINET LEKARSKI

Małgorzata Grossmann-Lekki

Lekarz chorób wewnętrznych
Specjalista medycyny rodzinnej
Badania do prawa jazdy, do pracy
na stanowiskach bez szkodliwości

05-075 Warszawa-Wesoła, ul. Długa 19

zapisy tel. 603-373-968

TWOJA REKLAMA w „Wiadomościach Sąsiedzkich”



Informacje pod adresem reklama@wiadomosciasiedzkie.pl
lub u naszego przedstawiciela handlowego: Bożena Doleżał,
tel. 607-306-979, reklama.wesola@wiadomosciasiedzkie.pl

Podwójne zwycięstwo w finałach szachowych

W sobotę 30 maja br. w Pałacu Młodzieży w Warszawie odbył się Finałowy Turniej Szachowy „Wars i Sawa grają w szachy”. W rozgrywkach zagrało 19 najlepszych drużyn spośród 72 stołecznych szkół podstawowych uczestniczących w ogólnopolskim projekcie „Edukacja przez szachy w szkole”. W rozgrywkach drużyna SP 353 w składzie: **Bartosz Mućka, Konrad Uziębło, Patryk Kozakiewicz, Julia Kowalczyk, Michał Ofat, Krzysztof Kielczyk** uplasowała się wysoko, zajmując drużynowo 3 miejsce i zdobywając brązowy medal oraz puchar dla szkoły.

Kolejną imprezą szachową, w której zagrała w takim samym składzie drużyna SP 353, był II Turniej Finałowy Ogólnopolskiego Projektu „Edukacja przez szachy w szkole”. Turniej odbył



się w sobotę 20 czerwca br. na Stadionie Narodowym, gdzie rywalizowało 71 drużyn szkolnych z całej Polski. Uczniowie klas I–III szkół podstawowych rozegrali sześć rund systemem

szwajcarskim w 6 grupach – klasy pierwsze, drugie i trzecie z podziałem na dziewczynki i chłopców. Suma punktów zdobytych przez każdego szachistę decydowała o miejscu w klasyfikacji drużynowej. Wśród 71 drużyn wspaniały sukces odniosła drużyna klasy szachowej Szkoły Podstawowej nr 353, zdobywając brązowy medal w klasyfikacji drużynowej. W klasyfikacji indywidualnej szachiści SP 353 również w czołówce – 6 miejsce w grupie chłopców klas II zajął Bartosz Mućka, a 9 miejsce Konrad Uziębło. W klasyfikacji indywidualnej wśród zawodniczek klas II wysoko uplasowała się również Julia Kowalczyk, zajmując 13 miejsce.

Gratulujemy!!!

Teresa Osypiuk

Wielcy mali sportowcy z Wesołej

W sobotę 13.06.2015 odbył się Wielki Finał ogólnopolskich zawodów pływackich „Od Młodzika do Olimpijczyka”. Finał poprzedziło 5 edycji eliminacyjnych z udziałem zawodników z ponad 80 klubów z całej Polski.

Do Wielkiego Finału zakwalifikował się chłopak z Wesołej, **Aleksander Styś**, trenujący na co dzień pod okiem trenera Macieja Skorulskiego



Olek na zawodach „Od Młodzika do Olimpijczyka”

w wawerskim Uczniowskim Klubie Sportowym. Olek w rundzie finałowej wywalczył dwa złote medale i jeden srebrny oraz zdobył puchar za pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej chłopców wg punktacji FINA w kategorii wiekowej 2006 w sezonie 2014/2015.

Do innych dużych osiągnięć Olka należy start w międzynarodowych zawodach pływackich z udziałem zawodników z 8 państw pn. „Sheraton Poznań Cup”, które odbyły się w dniach 6–8 lutego 2015 roku w Poznaniu. Olek zdobył 6 złotych medali na dystansach: 50 m stylem dowolnym, 50 m stylem klasycznym, 50 m stylem grzbietowym, 50 m stylem motylkowym, 100 m stylem dowolnym oraz 100 m stylem zmiennym.

Na chwilę obecną wg rankingu europejskiego jest najlepszy w Polsce na dystansie 50 m stylem motylkowym, 50 m stylem klasycznym oraz 100 m stylem zmiennym w roczniku 2006.

Równie duże brawa należą się klubowej koleżance Olka, także mieszkance Wesołej – **Emilii Gadzińskiej**, która wywalczyła na Otwartych Mistrzostwach Okręgu Warszawsko-Mazowieckiego w dniach 5–6 czerwca 2015 r. brązowy medal na dystansie 200 m stylem klasycznym (rocz-



Emilka w akcji

nik 2004). Wcześniej, w dniach 29–30 maja, na Otwartych Mistrzostwach Warszawy w pływaniu o puchar Przewodniczącego Rady Mokotowskiej Fundacji Warszawianka – Wodny Park, na podium wchodziła aż 5 razy, odbierając: srebrny medal na dystansie 50 m stylem klasycznym, brązowy medal na dystansie 100 m stylem klasycznym, srebrny medal na dystansie 200 m stylem zmiennym, srebrny medal na dystansie 200 m stylem klasycznym i złoty medal na dystansie 400 m stylem dowolnym.

Naszym wspaniałym młodym sportowcom serdecznie gratulujemy tych sukcesów i mocno trzymamy kciuki za kolejne!

UKS Wawer

REKLAMA

GABINET TERAPII I ROZWOJU DZIECKA

- ✓ profesjonalny zespół
- ✓ skuteczne metody pracy z dzieckiem
- ✓ kameralna atmosfera

603-575-154



605-552-052

facebook



www.tosia-terapia.pl

Wesoła – Zielona
ul. Brata Alberta 14

Oferujemy pomoc

psychologa
logopedy
pedagoga
terapeuty integracji sensorycznej
terapeuty neurorozwojowego INPP

Prowadzimy

terapię integracji sensorycznej SI
terapię neurorozwojową odruchów INPP
funkcjonalną terapię ręki
terapię pedagogiczną
terapię logopedyczną
indywidualny trening słuchu Johansen

Organizujemy zajęcia wspierające rozwój

arteterapia (muzyka, plastyka, ruch)
gimnastyka korekcyjna
fitness dla dzieci + porady dietetyka
godzinowa opieka nad dziećmi (od 2015 r.)

BIURO RACHUNKOWE DORADCY PODATKOWEGO

Licencja Min. Fin. 9131/98

- 20 lat doświadczenia
- pełen zakres usług
- korzystne ceny
- pomoc w założeniu działalności gospodarczej

Tel. 22 773-25-69, 22 773-38-91

www.podatkiwesola.pl

Warszawa-Wesoła ul. Trakt Brzeski 54 A (pawilony handlowe)



UKS Volteo na podium

Z przyjemnością informujemy, iż zawodnicy UKS VOLTEO, Szwadron Jazdy RP Stara Miłosna, wzięli udział w woltyżerskich zawodach międzynarodowych CVI Frenstat, które odbyły się w dniach 4–7 czerwca w Czechach. W zawodach udział wzięło 16 narodowości, 54 konie, 120 zawodników indywidualnych oraz 13 zespołów.

Zespół z Polski w składzie:

1. Aleksandra Wolniewicz
2. Aleksandra Mazińska
3. Michelle Kung
4. Marcelina Mazińska
5. Zuzanna Bogdańska
6. Zofia Mikołajczak

Koń: EL RASHIM

Lonżująca: Natalia Olesińska
zajął III miejsce w kategorii seniorów CVI 3*, zdobywając w I rundzie notę 6,052, a w II rundzie bardzo wysoki wynik 7,047 pkt.

W kategorii indywidualnej seniorów nasza reprezentantka Aleksandra Mazińska na koniu EL RASHIM, lonżująca: Natalia Olesińska, uplasowała się na wysokiej 4 pozycji z wynikiem 6,589 pkt.

Zawodnikom serdecznie gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów na arenie międzynarodowej!

Natalia Olesińska
fot. Nelly Mikesova

Finał Warszawskiej Olimpiady Młodzieży w łucznictwie

Na torach Klubu Sportowego Drukarz 2 czerwca 2015 r. odbyły się Mistrzostwa Warszawy oraz Warszawska Olimpiada Młodzieży w łucznictwie. Zawody rozgrywane były w trzech kategoriach: dziecko, młodzik oraz młodzik starszy. W rywalizacji wzięły udział: Zuzanna Czarnecka (SP 353), Julia Horodejczuk, Kalina Jackiewicz, Alicja Mroczek (SP 171) oraz Kalina Ostrowska (SP 353). Ju-



lia Horodejczuk zdobyła brązowy medal. W klasyfikacji generalnej Kalina Jackiewicz zajęła 19 miejsce, Kalina Ostrowska – 23, a Zuzanna Czarnecka – 24. W kategorii młodziczek Alicja Mroczek zajęła 13 miejsce. Zawodniczkom gratulujemy osiągnięcia rekordów życiowych i życzymy dalszych sukcesów sportowych.

UKS Wesołek

REKLAMA

PROMOCJA
do **-30%**

**NA ZABIEGI
REHABILITACYJNE
DLA SENIORÓW**

REHABILITACJA
zespoły bóle kręgosłupa,
dyskopatie, rwy kulszowe
stany po skręceniach, złamaniach,
zwichnięciach,
zmiany zwyrodnieniowe stawów,
udary mózgu
FAŁA UDERZENIOWA - NOWOŚĆ!

LEKARZE
Ortopeda
Urolog - **NOWOŚĆ!**
Internista
Pediatria-neonatolog
Kardiolog
Laryngolog
Dermatolog
Chirurg naczyniowy
Neurolog, Neurochirurg

REHABILITACJA DZIECI
wady postawy, płaskostopie,
skoliozy, plecy okrągłe,
koślawość i szpatawość nóg,
zwiększone lub obniżone napięcie
mięśniowe, MPD,
zaburzenia rozwojowe dzieci

DIAGNOSTYKA USG
stawów, j. brzucha, tarczycy, piersi,
w. chłonnych, ślinianek, ECHO serca
ukł. moczowego, przepływy żył i
tętnic szyi i nóg (kolor Doppler)
USG dzieci
ortopedyczne, j. brzucha
przeziemiączkowe głowy

MASAŻ klasyczny, antycelulitowy, bańką chińską, limfatyczny, leczniczy

CORPOMED
Centrum Rehabilitacji Miłosna
STARA MIŁOSNA
ul. Jana Pawła II 218
tel. 22 773-00-27
www.corpomed.pl

Allianz
VIENNA INSURANCE GROUP

TU ŻDROWIE
SIGNAL IDUNA
SKOK ubezpieczenia

www.fitnessart.pl

klub fitness dla kobiet
ZAJĘCIA FITNESS:
ZUMBA, SALSA, ZDROWY KRĘGOSŁUP
JOGA, TRENINGI PERSONALNE
ODCHUDZANIE, DIETY, MASAŻ
FAŁA UDERZENIOWA
- NOWOŚĆ W WALCE Z CELLULITEM!

STARA MIŁOSNA, ul. Trakt Brzeski 60/60A
Tel. 22 773-14-33

ROCK ON W WESOŁEJ JUŻ PO RAZ 7!

Zapraszamy kapele rockowe z całej Polski do udziału w 7 już edycji konkursu amatorskich zespołów ROCK ON.

W konkursie mogą wziąć udział amatorskie zespoły grające szeroko pojętą muzykę rockową, nieposiadające umowy z wytwórnią płytową oraz profesjonalnego wydawnictwa fonograficznego. Zespoły powinny przygotować 3 utwory własnego autorstwa o dowolnej tematyce.

Jury powołane przez Organizatora podczas zamkniętego posiedzenia dokona oceny nade-

ślanych materiałów i wyłoni 7 zespołów, które będą mogły zaprezentować się na scenie w II etapie konkursu.

Podczas etapu finałowego, który odbędzie się 5 września na terenie OSP w Wesołej, jury w składzie: Andrzej Frajndt, Grzegorz Kupczyk, Piotr Wiliński, Ryszard Rutkowski wyłoni 3 najlepsze zespoły, a dodatkowo przyzna wyróżnienia dla najlepszego wokalisty, basisty, gitarzysty, perkusisty i klawiszowca. Podczas koncertu finałowego Rock On na scenie wystąpi Lipali!

Zwycięski zespół otrzyma nagrodę finansową, dwa kolejne – nagrody rzeczowe!

Na zgłoszenia czekamy do 7.08.2015 – decyduje data wpływu. Regulamin i kartę zgłoszeniową znajdziecie na naszej stronie internetowej www.domkulturywesola.net.



OK Wesoła

LATO W MIEŚCIE

27 lipca – 7 sierpnia 2015

godz. 10.00-15.00



Zapraszamy dzieci w wieku szkolnym do udziału w zajęciach i warsztatach artystycznych. W programie zajęcia ceramiczne, teatralne, plastyczne i gry planszowe.

ZAJĘCIA BEZPŁATNE, OBOWIĄZUJĄ ZAPISY



OŚRODEK DZIAŁAŃ TWÓRCZYCH
„POGODNA”
ul. Jana Pawła II 25 tel. 22 427 37 74
pogodna@domkulturywesola.net



Propozycje OK Wesoła na lato

Nareszcie długo oczekiwane wakacje! Dla dzieci, bo w Filii „Pogodna” nie zamierzamy w tym czasie zwalniać tempa – zapraszamy serdecznie wszystkie dzieciaki z naszej dzielnicy!

Akcję „Pogodne Wakacje” rozpoczynamy już 26 lipca o godzinie 14.00. Odwiedzi nas wtedy wyjątkowy gość – Beata Cymerman z Muzeum Ewolucji w Warszawie. Przygotowała pokaz pod tytułem „Smoki kontra dinozaury”. Czy smoki naprawdę istniały? A może wcale nie przestały istnieć? I co mają wspólnego z dinozaurami? Na te i wiele innych pytań znajdziecie odpowiedź podczas prezentacji naszego gościa.

To jednak nie wszystko. W tym samym czasie odbywać się będzie warsztat „Rodzinne budowanie” – który opiera się na wspólnym budowaniu z klocków Lego! Co nas tam czeka? Ciekawe wyzwania, wspierający kreatywność instruktor i co najważniejsze – mnóstwo klocków, z których zbudujemy najśmielsze kreacje!

Ta niedziela to zapowiedź dwóch tygodni wypełnionych atrakcjami. Na każdy dzień przewidzieliśmy inny rodzaj spotkań skierowanych do wszystkich lubiących twórczą aktywność w różnych dziedzinach sztuki. Spędzicie z nami niezapomniane dwa tygodnie, będziemy m.in. lepić z gliny i szkliwić, malować koszulki według własnego projektu, grać w gry planszowe i tworzyć ozdobną ramkę na zdjęcie z wakacji.

ZAPRASZAMY!

Szczegółowe informacje i zapisy pod nr. tel. 22 427 37 74 lub pod adresem pogodna@domkulturywesola.net.

WARTO ZOBACZYĆ

Festiwal Street Art Doping

Sztuka uliczna, street art, jest ciekawą formą komunikacji. Przyciąga turystów, a na prezentującą sztukę miejską festiwal (m.in. w Barcelonie, Berlinie, Londynie czy Paryżu) przychodzą tłumy. Warszawski festiwal Street Art Doping (lipiec

2015, wstęp wolny) zmienia oblicze miasta i spojrzenie na graffiti (pierwsza edycja miała miejsce w 2009 r.). Powstałe w jego trakcie realizacje stają się wyszukanymi dziełami sztuki i turystyczną atrakcją. Pomysłodawcy imprezy sprowadzają zna-

nych artystów i organizują warsztaty, jednym słowem, chcą dodać miastu energii, koloru, estetyki. Po corocznym festiwalu mają pozostać nie tylko wspomnienia, ale i znaczące zmiany w przestrzeni miejskiej.

Więcej informacji znajdziecie w internecie na stronie: streetartdoping.org.

Maria Surawska



Mistrzowski duet ze Starej Miłosny

Niewiele osób zauważyło tak niezwykle wydarzenie – Ośrodek Działań Twórczych „Pogodna” w Starej Miłosni 23 maja 2015 r. gościł uczestników XI Edycji Mazowieckiego Konkursu Duetów Fortepiano-

przy jednej klawiaturze. Jeszcze bardziej cieszy, że **pierwsze miejsce w konkursie zajął duet dziesięciolatek, Julia Kosakowska i Julia Orlik ze Studia Muzycznego w Starej Miłosni** prowadzonego przez Panią Martę



Finalistki Julia Kosakowska i Julia Orlik (z zielonymi dyplomami)

wych. Do konkursu stanęło 15 duetów – od początkujących pianistów po tych grających już kilka lat. Wydarzenie warto jednak wspomnieć, bowiem nieczęsto zdarza się nam zobaczyć i usłyszeć dwóch muzyków

Zamojską-Makowską, znaną nam mieszkankę i dyrygentkę chóru Il Canto Magnificat. Serdecznie gratulujemy i życzymy kolejnych sukcesów.

Urszula Kosakowska

Treningi w plenerze!

Serdecznie zapraszamy na „Lato z jogą” – zajęcia z instruktorem, p. Grzegorzem Węglowskim, w okresie **6.07 – 28.08.2015 r.** w plenerze na terenie osiedla Stara Miłosna przy ul. Borkowskiej róg ul. Granicznej (obok siłowni plenerowej). Zajęcia 1,5-godzinne dla dwóch grup tygodniowo (bez ograniczeń ilościowych, wiekowych i zdrowotnych) odbywać się będą **we wtorki w godz. 18.00–19.30 oraz w czwartki w godz. 9.30–**

–11.00. W przypadku niesprzyjających warunków atmosferycznych (np. duży opad deszczu) zajęcia przeniesione będą na sobotę w godz. 10.30–12.00.

Jednocześnie informujemy, że zajęcia „Wesoła na sportowo” na salach gimnastycznych prowadzone są zgodnie z grafikiem do końca czerwca. Po przerwie wakacyjnej zajęcia będą wznowione od 25 września br.

Urząd Dzielnicy Wesoła
m.st. Warszawy

Joga dla każdego!

Wtorki godz. 18:00
Czwartki godz. 9:30

7.VII - 28.VIII.2015 r.

Joga
na
trawie!

Weź
matę!



ul. Graniczna róg ul. Borkowskiej
przy siłowni plenerowej

Pierwsze zajęcia 7.VII



Kącik bibliofila

**Billy, kot,
który ocalił
moje dziecko**

Louise Booth



Książkę, którą mam Państwu przyjemność zaproponować

na wakacje, to powieść oparta na faktach, czyli gatunek literacki posiadający całkiem sporą rzeszę czytelników. Ta historia, historia nieprawdopodobnej relacji małego chłopca i kota, jest do tego jeszcze optymistyczna i zakończona happy endem. Fraser, bohater książki, to dziecko autystyczne, czyli wiadomo, że jego zdolności nawiązywania kontaktów społecznych odbiegają daleko od prawidłowych. I tu wkracza Billy, piękny i mądry kocurek, który mało, że się z chłopcem zaprzyjaźnia, to jeszcze wykazuje niezrozumiałe dla otoczenia zdolności stymulowania zachowań Frasersa, pobudzając go wręcz do działania. Przełom w chorobie malca bliscy nazywają wręcz cudem.

Gościwie polecam!

Literatura piękna dla dorosłych:

1. Booth L. – *Billy, kot, który ocalił moje dziecko*
2. Goodkind T. – *Bezbronne imperium*
3. Sanmartin Fenollera N. – *Przebudzenie seniority Prim*
4. Pancol K. – *Wolny walc żółwi*
5. Dutka W. – *Kartagińskie ostrze*

Literatura dla dzieci i młodzieży:

1. Kosmowska B. – *Gaduła*
2. Butschkow R. – *Mam przyjaciela kolejarza*

Literatura popularnonaukowa:

1. Stasiuk A. – *Życie to jednak strata jest*
2. Boćkowska A. – *To nie są moje wielbłądy*
3. Herbich A. – *Dziewczyny z Syberii*

Iza Zych

OLTURKA

Trzy albumy na wakacje



Wakacje to czas (przynajmniej dla niektórych) odpoczynku. Odpoczywa się najlepiej wśród znajomych, nad jakimś zbiornikiem wodnym (dmuchany basen też wchodzi w grę), pod słońcem i z drinkiem w dłoni. Wieczorem również czas na relaks – a przy czym zrelaksować się lepiej niż przy lekkiej i przyjemniej wakacyjnej muzyce? Przed wami trzy albumy idealne na dni i wieczory laby w przyjacielskim gronie.



Vampire Weekend – „Contra”

Gatunek: indie

Żaden inny album nie pasuje lepiej do wakacji niż „Contra” Vampire Weekend, której sztandarowym kawałkiem jest „Holiday”. Lekkie utwory, takie jak „Run” bądź „Cousins”, z nienachalnym wokalem wprawiają nas w wakacyjny nastrój i zachęcają do pląsów na trawie bądź piasku w niezbyt pociągłym rytmie. Zrelaksować się na leżaku możemy, słuchając z kolei wolniejszych „I Think Ur a Contra” czy „Taxi Cab”. Muzycznie króluje tutaj elektronika oraz kojarzące się wakacyjnie instrumenty, jak marimba. W każdym utworze można zauważyć nakładające się na siebie warstwy, które tworzą niesamowite kanony utrzymane w szybkich i lekkich rytmach i wysokich tonach. Wielbiciele niezwykle głośnych mogą podziwiać tutaj pojawiające się od czasu do czasu wokalizy. Nie ma miejsca na smutek, są za to wszystkie bar-

wy wakacji – i dla tych aktywniejszych, i dla tych preferujących wypoczynek w pozycji leżącej. Uzbrojcie się więc w nadmuchiwanie delfiny, kolorowe klapki, piłki plażowe, jeśli chcecie, możecie też obsypać się konfetti – i tańczcie. Do upadłego.



George Ezra – Wanted On Voyage

Gatunek: pop

Ten dwudziestoparoletni facet brzmi nieco jak współczesny Elvis. Swoim głębokim wokalem jest w stanie uwieść każdego. Nie sposób też oprzeć się sprawnie zbudowanym melodiom, które jak ułaj pasują do zalanego słońcem miasta bądź parku czy plaży. Album zbudowany jak dla podróżników, o czym mówią już tytuły, takie jak „Budapest”, „Blind Man in Amsterdam” czy „Barcelona”. Część utworów idealnie nada się na tzw. „muzykę samochodową”, część brzmi jak pogrywanie

przy ognisku (np. wspomniana „Barcelona”). Ale mamy tu również, jak na poprzednim albumie, utwory do machania nóżką na leżaku, takie jak znany wszystkim singiel „Listen to the Man”. Momentami jest też romantycznie, na wieczór z drugą połówką – jak w „Leaving It Up to You”, a momentami nieco ostrzej („Did You Hear the Rain?”, „Spectacular Rival”). Można potańczyć przy takich numerach jak „Stand by Your Gun”, „Budapest” bądź „Blame It on Me”. Czego dusza zapagnie, i to w ładnym opakowaniu.



Noah and the Whale – Peaceful, The World Lays Me Down

Gatunek: indie/folk

Choć na albumie jest sporo sentymentalno-melancholijnych kawałków, to nie brak tu przede wszystkim wakacyjnej świeżości. „5 Years Time”, najjaśniej błyszczący na albumie utwór, jest wręcz kwintesencją tego, co większość z nas rozumie przez słowo „wakacje”. Jest gwizdanie, ukulele, kilka innych instrumentów w tle i przede wszystkim tekst o niewinnej miłości w blasku słońca („słońce będzie oświetlało nasze twarze, a ja będę śmiać się z twoich głupich żartów”, śpiewa między innymi wokalista). Jest też śmiech, picie trunków, a przede wszystkim zabawa i szczęście („było tak fajnie, fajnie, fajnie, kiedy razem piliśmy i śmieliśmy się”). Na koniec mamy też stwierdzenie, które oddaje idealnie wakacyjne znajomości – „za pięć lat możemy się wcale nie znać”. Poza tym energicznym numerem jest tu też mnóstwo innych idealnych na lato kawałków. W podobnym tonie utrzymane jest „2 Atoms In A Molecule” z rytmem zmuszającym wręcz do tańca na bosaka, czy „Jocasta” bądź „Shape Of My Heart”. Poza tymi kawałkami album jest raczej dla zwolenników magicznych, romantycznych wieczorów i spokojnego wypoczynku. Melancholijnie brzmią tu chociażby „Do What You Do”, „Give A Little Love”, „Second Lover”, „Peaceful, The World Lays Me Down” czy „Mary” bądź zamykające płytę „Hold My Hand As I'm Lowered”. Pojawia się tutaj smutek, a czasami nawet patos, ale absolutnie nie wybija to słuchacza z wakacyjnej atmosfery. Wszystko okraszone jest szeroką gamą instrumentów, nieco przytłumionym, ciepłym męskim wokalem i wspomagającymi go lekkimi chórkami, głównie żeńskimi. Aż chce się słuchać.

Martyna Nowosielska,
martyna.nowo@gmail.com

DOM POGRZEBOWY
Jankowscy
firma rodzinna



WARSZAWA – STARA MIŁOSNA
ul. Gościniec 10 (pierwsze światła w prawo)
tel. 22 733 19 31, kom. 608 630 479

SULEJÓWEK – MIŁOSNA
ul. Armii Krajowej 76
tel. 22 783 42 47, kom. 602 212 794

NA KOŃCU KAŻDEJ DROGI JESTEŚMY MY
www.jankowscy.pl

WITAJCIE WŚRÓD NAS

Oto nasi kolejni najmłodsi sąsiedzi. Ich rodzicom życzymy wiele radości. A wy, Drogie Maleństwo, witajcie wśród nas i rośnijcie zdrowo!

Zachęcamy do publikacji zdjęć najmłodszych mieszkańców Wesołej. Każdy maluch, którego zdjęcie publikujemy, otrzymuje drobny upominek od naszego sponsora – sklepu **Baby Boom**. Upominki są do odbioru w sklepie (ul. Dolomitowa 2, wejście od ul. Jana Pawła II), wystarczy przyjść z numerem „Wiadomości Sąsiedzkich”, w którym opublikowaliśmy zdjęcie Waszego dziecka. Wersję elektroniczną można przesłać na adres e-mail: redakcja.wesola@wiadomosciasiedzkie.pl (zdjęcie musi mieć wymiar co najmniej 4 x 5 cm przy rozdzielczości 300 dpi).

Nieposiadającym portretu nowo narodzonego maleństwa firma **Foto-OSKAR** wykona takie zdjęcie za darmo! Ukaże się ono w naszej rubryce, a rodzice otrzymają odbitkę 10 x 15 cm.



Marianna

Urodziła się 27 marca 2015 r.
Waga 3300 g, wzrost 56 cm.

Zielony Płomień – aktualności

W ostatni weekend maja byliśmy obecni na Warsaw Rugby Festival – międzynarodowym turnieju rugby organizowanym na stadionie AWF-u. Wraz z zaprzyjaźnioną drużyną z Podkopy Leśnej 44 WDH-y „Stanica” zajmowała się rozstawianiem naszych harcerskich obozowych namiotów, które posłużyły zawodnikom za szatnie. Było to dość wyczerpujące i trudne zadanie, ze względu na krótki czas przygotowań i pewne braki zasobów ludzkich, ale udało nam się sprawnie rozstawić 20 namiotów – potraktowaliśmy to jako świetną rozgrzewkę przed obozem, który zbliża się wielkimi krokami. A skoro już mówimy o obozie, to warto pochwalić



Wieża jest co prawda z 2010 roku, ale już niedługo będą powstawać podobnie monumentalne konstrukcje

się liczbą osób, które w tym roku nań się wybierają, bo jest to 29 harcerzy. I jest to wynik wyjątkowo dobry, zważywszy że tylko jeden druh zostaje na czas obozu w Warszawie.

Następnym ważnym wydarzeniem jest otwarcie próby na pierwszy stopień instruktorski, jakim jest przewodnik, przez jednego z naszych przybocznych. Piotrek będzie musiał wykonać szereg zadań, by ukończyć próbę i otrzymać stopień, a co za tym idzie, wstąpić do jednego z najważniejszych „miniśrodków” w harcerstwie – harcerzy instruktorów. Cała drużyna życzy mu powodzenia!

W lipcu zapraszam do śledzenia naszego profilu na Facebooku: <https://www.facebook.com/44WDHy>.

pwd. Jakub Matyas HO

REKLAMA

Kacper
WSZYSTKO DO SZKOŁY

PODRĘCZNIKI
Wyprawka do szkoły i przedszkola

- plecaki
- piórniki
- kredki, flamastry, ołówki, itp.

Sklep czynny od 7.30 do 19.00
ul. Jana Pawła II 15E, 05-077 Wesoła
www.sklep.kacper.net.pl

MILAN, FAIRER-CASTELL, PILOT, BIC, STABILO, etc.

JASMIN
DROGERIE

WESOŁA - STARA MIŁOSNA
ul. JANA PAWŁA II 108 - obok sklepu GROSZEK

Piękno w zasięgu ręki
www.drogeriejasmin.pl

Z tą ulotką
5% RABATU
na zakupy

Z kartą Stałego Klienta **PrimoPartner** otrzymasz punkty, które wymienisz na **bony zakupowe!**

Zobacz kinowe przeboje w przyjemnej, plenerowej atmosferze!

Nie przegap Letniego Kina Plenerowego w Wesołej. W tym roku przygotowaliśmy aż osiem seansów, na każdy z nich wstęp jest wolny. Dla każdego widza coś się znajdzie, w repertuarze nowości, przeboje i filmy, które „trzeba zobaczyć”!

LIPIEC

3.07, godz. 21.30 – **Mamma Mia** – czyli wesoły musical z muzyką grupy ABBA. Kinowy przebój, w którym zobaczycie Meryl Streep i Pierce'a Brosnana.

10.07, godz. 21.30 – **Prawdziwe męstwo** – doskonały western braci Coen, okrzyknięty objawieniem przez krytyków. W roli głównej Jeff Bridges.

17.07, godz. 21.30 – **Hotel Marigold** – ciepła komedia o grupie seniorów z Wielkiej Brytanii, którzy wybierają się w podróż do Indii.

24.07, godz. 21.30 – **Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia** – nowoczesny remake jednego z lepszych amerykańskich klasyków SF. Opowieść o spotkaniu ludzi z obcym.

31.07, godz. 21.30 – **The Grand Budapest Hotel** – przebój kinowy opowiadający historię boja w luksusowym hotelu, gdzie zatrzymują się wyjątkowi goście i gdzie... dochodzi do zbrodni.

SIERPIEŃ

7.08, godz. 21.00 – **Oszukana** – wstrząsająca opowieść o walce matki o prawdę. W roli głównej Angelina Jolie, reżyseruje Clint Eastwood.

14.08, godz. 21.00 – **Les Misérables** – musical na podstawie powieści „Nędznicy” Wiktora Hugo. Obsypana nagrodami megaprodukcja z Anne Hathaway.



21.08, godz. 21.00 – **Szybcy i wściekli 6** – szybkie samochody, wartka akcja, piękne kobiety i zero nudy. Seria „Szybcy i wściekli” to przebój wśród kochających kino akcji.

Miejsce: teren przy Ochotniczej Straży Pożarnej, ul. 1 Praskiego Pułku 31.

Zapraszamy!

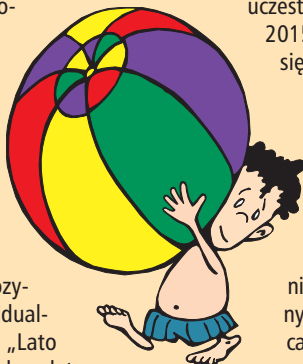
OK Wesoła

Zabij nudę z „Lątem w mieście 2015” w dzielnicy Wesoła!

Już 29 czerwca 2015 roku (poniedziałek) rusza warszawski program „Lato w mieście 2015”, w ramach którego Urząd Dzielnicy Wesoła zapewni wesołowskiemu dzieciom i młodzieży szkolnej wiele atrakcji kulturalnych oraz zadba o aktywny wypoczynek.

W szkołach podstawowych dzielnicy Wesoła zostanie uruchomionych 5 wakacyjnych placówek edukacyjnych (kolejno: w Szkole Podstawowej nr 353, Szkole Podstawowej nr 171, w Zespole Szkół nr 94, Szkole Podstawowej nr 173 i jednocześnie w Szkole Podstawowej nr 174) oraz wakacyjne placówki specjalistyczne z propozycjami dla uczestników indywidualnych. W ramach programu „Lato w mieście 2015” zaplanowano bezpłatne wejścia na basen i siłownię w Aquaparku Wesołandia (wejścia indywidualne) oraz w Ośrodku Sportu i Rekreacji Wawer (dla grup zorganizowanych z WPE), warsztaty literacko-edukacyjne w Bibliotece Publicznej Dzielnicy Wesoła, zajęcia artystyczne w Ośrodku Działań Twórczych „Pogodna”, zajęcia sportowe w Gimnazjum nr 119, zajęcia tenisowe w ramach tzw. „Letniej Szkołki Tenisowej” przy Aquaparku Wesołandia oraz w Tenisie Klubie Wesoła i Klubie Tenisowym „Pohulanka”.

Warto wspomnieć, że zajęcia edukacyjne i rekreacyjne będą również prowadzone



w jednej z placówek niepublicznych – Niepublicznej Szkole Podstawowej im. J. i Z. Moraczewskich, a zajęcia artystyczne i sportowe w Klubie Wojskowym 1 Brygady Pancernej, tzw. „Kościuszkowcu”. Co więcej, wzorem ubiegłego roku, w sali kinowej Klubu Wojskowego 1 Brygady Pancernej zostaną wyświetlone filmy animowane dla najmłodszych uczestników programu „Lato w mieście 2015”; oferta ta nieprzerwanie cieszy się dużym zainteresowaniem.

Tradycyjnie, na czas wakacji, dla wakacyjnych placówek edukacyjnych, zaplanowano interesujące zajęcia na terenie dzielnicy Wesoła, a także szereg bezpłatnych przejazdów komunikacją ZTM dla grup zorganizowanych do placówek kulturalnych i sportowych w innych dzielnicach Warszawy, w tym m.in.: na rekreacyjno-sportową imprezę inauguracyjną w Parku Agrykola, do Muzeum Narodowego, Muzeum Niepodległości, Muzeum Woli, Centrum Nauki Kopernik, Ogrodów Muzycznych, Muzeum Sztuki Nowoczesnej, na spacer z przewodnikiem, plażę nad Wisłą, do warszawskiego ZOO, Ośrodka Rekreacji w Powiszu i pozostałych ośrodków sportowych Aktywnej Warszawy, Muzeum Historii Żydów czy na spotkania ze Strażą Miejską pn. Bezpieczne Wakacje i na wiele innych bezpłatnych atrakcji!

Należy przypomnieć, że podobnie jak w ubiegłych latach, w wakacyjnych placówkach edukacyjnych obowiązuje odpłatność za posiłki (7 zł za

dwa posiłki, w tym jeden ciepły), dzięki czemu wszystkie dzieci w trakcie aktywnego dnia będą mogły zregenerować siły do dalszej zabawy.

Poniżej przedstawiony został grafik terminów pracy placówek w dzielnicy Wesoła. Szczegółowe informacje dotyczące programów i terminów pracy poszczególnych punktów uzyskać można w naszych placówkach oświatowych, Wydziale Oświaty, Kultury i Sportu dla Dzielnicy Wesoła oraz na stronach internetowych Miasta Stołecznego Warszawy.

Gorąco zapraszamy wszystkie dzieci i młodzież dzielnicy Wesoła!

Termin pracy placówki i adres:

- 29.06 – 17.07.2015, godz. 7.30–17.00
Szkoła Podstawowa nr 353
ul. Cieplarniana 23, tel. 22 203 62 55
- 20.07 – 31.07.2015, godz. 7.30–17.00
Szkoła Podstawowa nr 171
ul. Armii Krajowej 39, tel. 22 773 90 51
- 3.08 – 14.08.2015, godz. 7.30–17.00
Zespół Szkół nr 94
ul. Krótka 1, tel. 22 773 42 04
- 17.08 – 28.08.2015, godz. 7.30–17.00
Szkoła Podstawowa nr 173
ul. Trakt Brzeski 18, tel. 22 773 39 25
- 17.08 – 28.08.2015, godz. 7.30–17.00
Szkoła Podstawowa nr 174
Plac Wojska Polskiego 28, tel. 22 773 40 03

Karolina Zawadzka
Wydział Oświaty, Kultury i Sportu
Urząd Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy

W BIBLIOTECIE PUBLICZNEJ...

„Miłość i wojna” – spotkanie autorskie z Janem Chruślińskim

„Miłość i wojna” to piąta książka, a pierwsza powieść Jana Chruślińskiego. Autor to mieszkaniec Wesołej, emerytowany oficer Wojska Polskiego, członek Związku Literatów Polskich. Ciekawą, dla niewielu znaną kartą w jego życiu jest to, że był kolarzem w kadrze Polski LZS i startował w wielu prestiżowych wyścigach w kraju i za granicą.

Pierwsze cztery książki to literatura wspomnieniowa: „Rozstania i powroty”, „Tak było... wspomnienia oficera wojsk drogowych”, „Życie wpisane w historię”, „Starość zaczęła się wczoraj”. „Miłość i wojna” to historia miłości Meli i Michała dziejąca się w ciężkich latach niemieckiej okupacji i w komunistycznej, powojennej Polsce. Bohaterowie powieści to postaci autentyczne, w utworze noszące przybrane nazwiska. Michał – podchorąży zmobilizowany w sierpniu 1939 r. do 19 Pułku Ułanów Wołyńskich, Mela – łączniczka Armii Krajowej, sanitariuszka i pielęgniarka. Rozdzieleni przez wojenną zawieruchę, prześladowani, początkowo przez Gestapo, później NKWD i UB, nie mogą się odnaleźć, zakładają własne rodziny, ale pamięć o tej drugiej połowie zachowują głęboko w sercach. Spotykają się dopiero w 1995 roku w Montrealu, kiedy oboje są już wolni. Postanawiają się pobrać, tak jak planowali w 1939 roku. Historia jest wzruszająca, pokazuje losy wielu naszych rodaków, których dewizą było hasło „Bóg – Honor – Ojczyzna”. Dodatkowym walorem książki jest ukazanie udziału w kampanii wrześniowej szwadronu 19 Pułku Ułanów Wołyńskich z Ostroga nad Horyniem.



Promocja najnowszej książki Jana Chruślińskiego miała miejsce 9 czerwca. Słowo wstępne wygłosił prof. Karol Czejarek, a spotkanie prowadziła Grażyna Weber.

Nadwiślański Uniwersytet Dziecięcy w Wesołej!

Biblioteka w Wesołej wraz z Ochotniczą Strażą Pożarną oraz Bistro „Zakątek” podjęła współpracę z Nadwiślańskim Uniwersytetem Dziecięcym. Dzieci będą mogły w atrakcyjnej formie poznawać tajniki wiedzy przyrodniczej. Miały już miejsce pierwsze spotkania: o nietoperzach i echolokacji „Czy można widzieć uszami?” oraz warsztat w terenie o ptakach i letniej przyrodzie „O czym gra ptasie radio?”. Po wakacjach zapraszamy na zajęcia w formie warsztatowej dzieci w wieku 6–11 lat. Zajęcia będą się odbywały w sali Straży



Pożarnej. Zajęcia są odpłatne, w sprawie płatności prosimy kontaktować się z Uniwersytetem. Zainteresowani mogą się zapisać na zajęcia na stronie <http://www.naud.edu.pl/>.

Dzień Sąsiada w Zielonej

Coroczne spotkanie mieszkańców Zielonej, czyli tradycyjny Dzień Sąsiada, już za nami. Niedziela 14 czerwca, plac zabaw przy ulicy Warszawskiej – piękna, letnia pogoda i pełno dzie-



ciaków oraz ich rodziców i dziadków. Tak wyglądał kolejny piknik rodzinny w Zielonej. Trzeba przyznać, że co roku cieszy się on coraz większym zainteresowaniem. Biblioteka stara się zawsze współpracować ze Stowarzyszeniem NA-SZA WESOŁA przy organizacji tego święta.

Przygotowaliśmy zajęcia plastyczne dla dzieci. Kolorowanki, lalki z drewnianych tyżek, kolorowe motyle, kwiaty z krepiny i cieszące się największą popularnością zwierzątka robione z baloników to niektóre z zaproponowanych przez nas atrakcji.

Miła, rodzinna atmosfera i miejsce, które zachęca do zabawy – to atuty Dnia Sąsiada w Zielonej.

Lato w Bibliotece

Zajęcia w ramach akcji „Lato w mieście” planujemy w dwóch pierwszych tygodniach wakacji, w dniach 30.06, 2.07, 7.07, 9.07, tj. we wtorki i czwartki, w godzinach 10.00–11.30. Odbywać się będą pod hasłem „Wakacje z Biurem Detektywistycznym Lassego i Mai”. Na dzieci w wieku 6–12 lat czekają gry, zabawy i warsztaty literacko-plastyczne. Zapisy pod nr. tel. 22 773-40-08. Liczba miejsc ograniczona.

Wystawa prac Przedszkola „Pod Dębami”

Od 29 czerwca do końca lipca zapraszamy na wystawę publikacji – książek wykonanych przez dzieci, rodziców i nauczycieli w ramach projektów edukacyjnych i innowacji pedagogicznych z ostatnich trzech lat.

- „Owocowy koszyk”
 - „Wartości przedszkolaka”
 - „Ekologia od malucha do starszaka”
 - „Z warzywami w Przedszkolu Pod Dębami”
- Książki będzie można oglądać i poczytać w godzinach pracy Biblioteki Głównej przy ul. 1 Praskiego Pułku 31.

Filia nr 3 – nieczynna!

W związku z remontem Ośrodka Kultury Filia nr 3 w Woli Grzybowskiej jest zamknięta do odwołania. O terminie otwarcia Filii powiadomimy na naszej stronie i w pozostałych placówkach.

Elżbieta Daniłowicz

Wakacje z Biurem Detektywistycznym Lassego i Mai

Na podstawie książek Martina Widmarka

Gry, zabawy,
warsztaty plastyczne
dla dzieci
w wieku 6-12 lat

30.06 (wtorek) - „Tajemnica biblioteki”

02.07 (czwartek) - „Tajemnica gazety”

07.07 (wtorek) - „Tajemnica diamentów”

09.07 (czwartek) - „Tajemnica mumii”

Zajęcia w godz. 10 – 11.30

BIBLIOTEKA PUBLICZNA W DZ. WESOŁA
UL. 1 PRASKIEGO PUŁKU 31

ZAPISY:
22 / 773 40 08



Piękne lato kusi ciepłymi promieniami słońca, a do upragnionego urlopu jeszcze daleko? Marzy Ci się wyjazd nad wodę, zwiedzanie nowych zakątków świata czy górskie wędrówki, a tu trzeba tkwić za biurkiem... Znam przepis na całe lato na wakacjach bez opuszczania ani jednego pozaurlopowego dnia w pracy. Chcecie też go poznać?

1 – Codziennie pokonywane piesze od-cinki (oby ich było jak najwięcej!) trak-tuj jak spacer po obcym mieście, które z za-ciekawieniem zwiedzasz. Wyjdź wcześniej i idź wolniejszym krokiem. Oderwij wzrok od smartfona(!), chodnika czy linii horyzon-tu, rozejrzyj się na boki, popatrz na szczyty budynków. Na pewno dostrzeżesz rzeczy, których nigdy wcześniej tu nie widziałeś, choć chodzisz tędy co dzień. Zajrzyj w in-trygujący zaułek czy podwórko zawsze mi-jane w pośpiechu. A może dojdź do pracy inną niż zwykle trasą? Rób zdjęcia temu, co Ci się spodoba, w końcu jesteś turystą :-).

2 – Kiedy tak chodzisz, skus się na go-fra czy lody, mijając pachnące karme-lem stoisko. Na wakacjach byś tak pewnie zrobił, a przecież jesteś na mentalnych wa-kacjach w czasie tej swojej krótkiej podróży z pracy do domu.

3 – Zajrzyj na portale piszące o tym, co dzieje się w Warszawie (nasza strona www.wiadomosciasiedzieckie.pl jest jednym z nich :-)), i na ile Ci czas pozwala, chodź na popołudniowe wydarzenia plenerowe i potańcówki pod gołym niebem. Spotka-nia, imprezy i spektakle na świeżym powie-trzu to właśnie smak wakacji, a miasto, w którym żyjesz, nie jest do tego gorsze niż wakacyjne kurorty, trzeba tylko zmienić je-go postrzeganie.

4 – Słuchaj muzyki, która kojarzy Ci się z wakacjami. Nawet jeśli są to mało ambitne „summer hits”, ale wprawiają Cię w plażowy nastrój. Swoją drogą na stro-nie 12 w „Qlturce” podpowiadamy parę takich muzycznych skojarzeń.

5 – Zmień swój jadłospis na wakacyjny. Lekkostrawne dania, chłodniki, dużo warzyw i owoców – niech na Twoim talerzu także zagości lato! To temat rzeka, który tutaj tylko sygnalizujemy. Konkretnie prze-pisy znajdziecie w internecie (wpisując w wyszukiwarkę np. „dania na lato”, „po-trawy na lato”, „wakacyjne menu” czy po-dobne zapytania) i w wakacyjnych wyda-niach kulinarnych pism.

6 – Grillowane dania także potrafią być lekkie (kielbasę zastąp rybą, tłustą karkówkę – delikatnym kurczakiem, grilluj warzywa), a zaproszenie znajomych czy są-siadów na grilla to kolejny ze smaczków wakacji i wcale nie musisz z tym czekać do weekendu! Niech ten wspólny grill będzie alternatywą dla obiadokolacji w czterech ścianach, w których jeszcze się nasiedzisz przez jesienno-zimowe miesiące.

7 – Tę radę słyszysz pewnie wszędzie, ale czy ją stosujesz? Ruch na świeżym po-wietrzu! Rower, rolki, badminton, frisbee, si-łownia plenerowa, street workout, slackline, siatkówka, nordic walking, spacer po lesie... Namów rodzinę, przyjaciół czy sąsiadów na wspólną plenerową aktywność, a poczucie się jak na wakacjach! Subiektywnie zachę-cam do bardziej rekreacyjnego niż sportowe-go potraktowania tych zajęć, a więc nie z na-stawieniem na wy-niki (np. w biegach, które mamy prak-tycznie co weekend w stolicy), ale na do-brą zabawę! Prze-cież na wakacjach się odpoczywa :-).

8 – Jeśli ciągnie Cię nad wodę, to daj się pociągnąć! Wybierz się na basen, w weekend wyskocz nad Zalew Zegrzyński, skus się na rejs po Wiśle. Możesz popływać kajakiem po Kanale Żerańskim, rower-kiem wodnym lub na desce windsurfin-go-wej na wspomnianym zalewie albo udać się nad Świder. Wodnych możliwości War-szawa daje nam mnóstwo, zresztą, jak wi-dać nie tylko wodnych.

9 – Wyluzuj :-). Oczywiście nie sugeruję lenienia się w pracy czy zaniedbywania obowiązków. Ale zwolnij tempo. Uświadom sobie, że nie wszystko „musisz”, na pewno jest parę rzeczy, które można sobie odpuścić albo które nie są tak pilne, jak Ci się wydaje. My tylko żyjemy w kulturze presji i pośpie-chu, wyrubowanych wymagań i wysoko postawionej poprzeczki. Już niemalże nawy-kowo robimy wszystko szybko, mocno, in-tensywnie i najlepiej, jak potrafimy. Wakacje są po to, aby dać sobie dłuższą chwilę odde-chu, więc daj go sobie. Czy świat się zawali, jeśli – przykładowo – na letnie miesiące roz-luźnisz treningowy reżim i zamiast 5 tre-ningów tygodniowo będziesz dbał o bycie wysportowanym tylko 3 razy w tygodniu?

10 – Ciesz się latem – po prostu! Uśmiechnij się do słońca, poczuj za-pach lata w powietrzu, posłuchaj głosu przy-rody, poopalaj się w przydomowym ogródku. Nawet jeśli tegoroczne lato szykuje dla nas mało słonecznych dni, wykorzystaj każdy z nich, zanim nastaną słoty i chłody.

Powyższe propozycje z pozorów wydają się oczywistościami, ale diabeł tkwi w szczegó-łach. Te same rzeczy możesz robić z poczu-ciem tkwienia w Warszawie, odliczając dni do wyczekiwanego wyjazdu, ale też mo-żesz uwierzyć w to, co sugeruje tytuł – że wakacje to stan umysłu. I kiedy spróbujesz to też poczuć – stosując powyższe rady al-bo na swój własny sposób – spędzisz wy-jątkowe lato w mieście, po którym poczu-jesz się jak po wakacjach.

Udanego wypoczynku w naszej pięknej Warszawie!

Hanna Kowalska



www.B-DENTAL.com.pl

**Specjalistyczny
Gabinet Stomatologiczny**

dr n. med. Iwona Bzdęga – lekarz stomatologii ogólnej

dr n. med. Wojciech Bzdęga
– specjalista protetyki stomatologicznej, chirurg stomatolog

**Stara Miłosna, ul. Jana Pawła II 238
tel. 22 773 38 83, 602 351 757**

**Zapraszamy na konsultacje ortodontyczne
w dniu 22.07.2015 i 26.08.2015**

PRANIE

dywanów i wykładzin
mebli tapicerowanych
tapicerki samochodowej

KOSZENIE

trawników i nieużytków
wycinka drzew
i krzewów

MYCIE

kostki, elewacji,
okien itp.

tel: 791-355-566

Grzegorz Kaliszewski
e-mail: praniekoszeniemycie@gmail.com

CARSED Autoryzowany Serwis Škoda

ŠKODA



CARSED - to się opłaca!

- ceny nawet o 30% niższe niż w stolicy
- 2 lata gwarancji na usługę i części
- indywidualne podejście do Klienta

W ofercie: przeglądy okresowe, pełen zakres napraw mechanicznych, naprawy elektryczne, przegląd i naprawa LPG - Landi Renzo, geometria zawieszenia, SKP, serwis klimatyzacji i dużo więcej...

Zajmiemy się każdym autem z grupy VW.

Wyjątkowy rabat na usługi serwisowe dla aut 4-letnich i starszych.



Dane kontaktowe:

CARSED ul. Warszawska 84, Stojadła
05-300 Mińsk Mazowiecki

tel. 694 417 565

e-mail: serwis.minsk@carsed.pl

www.carsed.pl

PRZYJDŹ DO NAS Z TĄ ULOTKĄ

OPTYKA-OKULISTYKA A. TRACEWICZ NIEPUBLICZNY ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ

Warszawa-Stara Miłosna, ul. J. Pawła II 15H-I, tel. 022 760 85 27, tel./fax 022 773 29 49



Istniejemy dla Was
od 1967 r.

ZESPÓŁ LEKARZY SPECJALISTÓW CHOROBY OCZU ZAPRASZA

- Diagnostykujemy i leczymy choroby oczu osób dorosłych.
- Badamy dno oka z oceną obwodu siatkówki.
- Wykonujemy badania jaskrowe (pomiar ciśnienia śródgałkowego – tonometr Schitzza i aplanacyjny, gonioskopia).
- Leczymy jaskrę, zaćmę i zespół suchego oka.
- Przeprowadzamy badania kierowców, badania profilaktyczne do pracy.
- Dobieramy wszystkie rodzaje soczewek kontaktowych.

PORADNIA DZIECIĘCA

Diagnostykujemy i leczymy choroby oczu dzieci od 0 lat:

- ★ Leczenie zachowawcze zęza z możliwością operacji w warunkach szpitalnych.
- ★ Łzawienie, ropienie oczu u niemowląt – możliwość diagnostyki i leczenie niedrożności dróg łzowych.
- ★ Leczenie krótkowzroczności.

Nowe kolekcje opraw korekcyjnych dla dzieci i młodzieży: ***MIRAFLEX*, *SOLANO*, FISCHER PRICE, BARBI, YOUPI, ESPRIT kids, HUMPHREY'S, UNITED COLORS OF BENETTON**

ponad 700 modeli najnowsze trendy profesjonalna obsługa
LUKSUSOWE SPOJRZENIE NA OPTYKĘ

KUP OKULARY a na
drugą oprawę dostaniesz

50%
rabatu

NOWE KOLEKCJE
okularów
przeciwsłonecznych

* szczegóły w salonie



Ray-Ban

Silhouette

GUCCI

JAGUAR
EYEWEAR

VERSACE
JOOP!

Johnson & Johnson
GIORGIO ARMANI

Kącik seniora

Gorący czerwiec w UTW Wesoła



Imprezy, wycieczki, pikniki – ciężkie jest życie emeryta

6.06.2015 – tysiące studentów ze wszystkich warszawskich UTW spotkało się na Torze Wyścigów Konnych Służewiec. To uroczyste zakończenie roku akademickiego pod patronatem prezydentowej Anny Komorowskiej połączone jest z piknikiem i konkursem kapeluszy. W tym roku 3 miejsce zdobyła nasza barwna koleżanka Maryla Surawska. Gościem specjalnym była Maryla Rodowicz, która jak zwykle porwała tłumy do wspólnej zabawy.

Z zaprzyjaźnionym biurem podróży wyruszyliśmy szlakiem grodów nadwiślańskich. Byliśmy w Zakroczymiu, Czerwińsku nad Wisłą. W Płocku spacerowaliśmy z przewodnikiem i zwiedziliśmy muzeum secesji. Wcześniej, pod koniec maja, byliśmy na dwudniowej wycieczce na Roztoczu. Przewodnik i szef biura podróży pan Piotr od lat zabiera nas do wyjątkowych miejsc w Polsce. Zawsze świetnie przygotowany dzieli się z nami swoją wiedzą i dużym poczuciem humoru.

12.06.2015 – udzieliliśmy absolutorium Zarządowi UTW Wesoła za rok 2014 i zagłosowaliśmy nad zmianą statutu.

14.06.2015 – w ODT POGODNA odbyło się uroczyste zakończenie roku akademickiego naszego UTW z udziałem posłów Ligii Krajewskiej i Michała Szczerby. Pamiątkowe dyplomy otrzymali wolontariusze, którzy cały rok zaangażowani byli w różne formy organizacji roku akademickiego. Uroczystość uświetnił występ zespołu Niebieskie Migdały, który zaprezentował przeboje Agnieszki Osieckiej. Część artystyczną zamknął nasz damski chór UTW pod ba-



tutą Aleksandry Obertyn. Skromny poczęstunek pozwolił pobyć jeszcze chwilę ze sobą i powspominać mijający rok. W imieniu wszystkich słuchaczy pozwolę sobie złożyć wielkie podziękowania dla całego Zarządu UTW. Bez Was nie byłoby nas!

Teatr w Przedszkolu Pod Dębami

Jak co roku w Przedszkolu Pod Dębami z okazji Dnia Dziecka wystawiona została

bajka w reżyserii Agnieszki Ptak-Malek. Dwadzieścioro dwoje rodziców przygotowało piękne stroje, w których zaprezentowało się przed swoimi pociechami. Był zatem Czerwony Kapturek, wilk, smok, gajowy, czarownica, krasnale, Śnieżka, Dratewka, królowa itd. Na widowni oprócz dzieci i personelu można było zobaczyć burmistrza dzielnicy Edwarda Kłosa



i naczelnika Wydziału Oświaty w Wesołej Renatę Mroczkowską. Niektórzy rodzice posiadający kilkoro dzieci występowali już po raz szósty. Wszystkie bajki z morałem jak zwykle kończyły się dobrze.

Zapraszamy za rok.

Grażyna Weber

Laureatka z Wesołej w ogólnowarszawskim konkursie dla seniorów

W dniu 12.06.2015 odbyła się IV edycja konkursu „Seniorzy mają talent”. Impreza organizowana jest przy współpracy dzielnic Warszawy: Białołęki, Bielan, Śródmieścia, Ursynowa, Wesołej, Żoliborza. W tegorocznym konkursie z dzielnicy Wesoła wzięły udział następujące osoby:

1. Pani Elżbieta Medyńska – prezentowała obraz wykonany haftem krzyżowym.
2. Pani Stefania Raczyńska – prezentowała prace wykonane szydełkiem.
3. Pan Wiesław Sawicki – przygotował obraz wykonany techniką akwareli.
4. Pan Bogdan Bonawentura Strzemieczny – wystawił wykonaną w drewnie płaskorzeźbę.

Pierwsze miejsce w kategorii prac plastycznych zajęła Pani Elżbieta Medyńska, której praca – obraz Matki Boskiej z Dzieciątkiem wykonany haftem krzyżowym – zachwyciła nie tylko jurorów. Pani Elżbieta jest autorką wielu prac, które dotychczas nie były prezentowane tak licznej publiczności. Gratulujemy zwycięstwa!

OPS Wesoła



REKLAMA



Poszukujemy pracowników stajennych
Zakres obowiązków dość szeroki. Oczywiście uczciwe zatrudnienie, uczciwe wynagrodzenie, ubezpieczenie, ZUS. Jeśli Ty nie jesteś zainteresowany prześlaj innym. Trudna ale spokojna praca czeka.
Informacje w biurze, pod nr tel. 22 773 36 07
Ośrodek Stara Miłosna, ul. Szkolna 14



TAXI - WESOŁA
Stanisław Majewski
022 773-70-31
0 601 220 910

PRZEDSZKOLE PRYWATNE
i żłobek

„KUBUŚ”



Warszawa-Wesoła, ul. JEŹDZIECKA 21 F, lok. 13

tel. sekretariat 22 401 05 00 (w godz. 10⁰⁰–18⁰⁰)

kom. 602 67 89 51 lub 509 980 390

przedszkolekubus@op.pl, www.przedszkolekubus.pl

Przedszkole za darmo przez cały rok szkolny wraz z wyżywieniem i zajęciami dodatkowymi. Realizujemy projekt unijny z Europejskiego Funduszu Społecznego dla dzieci, które nie uczęszczają do przedszkola, dla rodzin żyjących poniżej minimum socjalnego, dla opiekunów samotnie wychowujących dzieci, dla dzieci z wadami postawy i problemami logopedycznymi.

Szanujmy i pielęgnujmy piękne polskie tradycje!

Dzień Matki jak większość świąt europejskich ma swoje korzenie w starożytności – wywodzi się z kultu greckiej Rei i rzymskiej Kybele. Na Starym Kontynencie święto to miało swój renesans w XVI wieku na wyspach, gdzie zaczęto obchodzić Mothering Sunday. W Stanach Zjednoczonych i w Polsce obecność Dnia Matki w kalendarzu datuje się od 1914 roku.

26 maja przypada polskie święto, które jest doskonałą okazją, by okazać naszym Mamom, jak bardzo są dla nas ważne. Współczesne matki oprócz macierzyństwa rozwijają się intelektualnie, realizując swoje pasje zawodowe, a niejednokrotnie wybitne talenty.



W dniu 20 maja 2015 r. z inicjatywy Pani Prezes dzielnicowego PKPS w Wesołej Heleny Kaźmierczak zostało zorganizowane integracyjne spotkanie z okazji Święta Matki. Uroczystość odbyła się w kawiarni „Zakątek” w Wesołej przy ul. 1 Praskiego Pułku. Na spotkanie przybyli zaproszeni goście z Urzędu Dzielnicy Wesoła, między nimi Pan Burmistrz Edward Kłos, Naczelnik Wydziału Spraw Społecznych i Lokalowych Pan Piotr Zieliński, i wiele zaproszonych Mam oraz osób towarzyszących.

Po powitaniu wszystkich przez Panią Prezes Helenę Kaźmierczak i złożeniu życzeń wszystkim Mamom zabrał głos Pan Burmistrz Edward Kłos, także składając obecnym na sali Mamom najlepsze życzenia: zdrowia i pomyślności w rodzinach. Pan Burmistrz podkreślił też tradycję i istotę Święta Matki – jak scalanie rodziny, rozumienie rodziny, wspieranie rodziny, wybaczenie i kochanie dzieci i współmałżonka.

Podsumowaniem życzeń dla Mam zawartych w słowach Pani Prezes oraz Pana Burmistrza niech będzie piękna poezja Marii Terlikowskiej:

*Gdybym mógł Mamo tobym pamiętał,
żeby Ci przynieść w Dniu Twego Święta
kawalek łąki pachnącej majem,
z piosenką skowronka i krzykiem czajek,
tęczę wiosenną po pierwszej burzy,
kukulkę, która miłość, szczęście, pomyślność
wroży.*

Następnie Panowie Burmistrz i Naczelnik wręczyli każdej Mamie różę i czekoladkę.

W drugiej części uroczystości odbył się wspólny koncert, w którym wystąpił zespół „Praskie Małmazje” z Domu Kultury Praga Północ – pod kierunkiem artystycznym Pani Doroty Czajkowskiej, z akompaniamentem Waldemara Wąsika. Zespół liczy 23 osoby, istnieje od 2009 roku. Na wieloletniej gitarze grał Włoch – Pan Valentino Cerazino, który współpracuje z zespołem.

W czasie koncertu usłyszeliśmy wiele pięknych utworów, m.in.: *Polonez, Dla Ciebie Mamo, Powróćmy jak za dawnych lat, Czerwone jabłuszko, Matczyne ręce, Baby, Ja się boję sama spać, Zimny drań, Warszawa da się lubić.*

Uwieńczeniem koncertu była pieśń *Matko moja*, która wzbudziła wielkie emocje i żywo w oczach Mam. Oto jej fragment:

*Matko moja ja wiem, ile nocy nie przespałaś.
Kiedy żegnałem nasz dom, aby iść w obcy świat.*

*I na szczęście dalekie skromny dar
Biały ręcznik mi dałaś, wyszywany przez Ciebie
I barwny jak kwiat.*

*Gdy mi smutno i źle, idę w leśną gęstwinę.
W szumie dębów i drzew wspominam
dawne dni.*

*Na zwałonym przez burzę starym pnium.
Barwny ręcznik rozwinę –
Wtedy wraca Twa miłość matczyna
I szczęście i ły.*



Następnie odbył się poczęstunek przy stołach pięknie zastawionych ciastami, owocami, sokami, kawą i herbatą. Na zakończenie spotkania Pani Prezes Helena Kaźmierczak serdecznie podziękowała za wspólny występ zespołowi artystycznemu oraz Pani Annie Drożdż za udostępnienie i przygotowanie sali. Pan Naczelnik wręczył słodkie upominki zespołowi artystycznemu.

Uroczystość przebiegała w bardzo podniosłej i miłej atmosferze. Było to naprawdę piękne, pełne wzruszeń, niezapomniane Święto Mam – za co serdecznie dziękujemy Urzędowi Dzielnicy Wesoła i Prezes PKPS Helenie Kaźmierczak. Dziękujemy też za kultywowanie pięknych polskich tradycji i przekazywanie ich następnym pokoleniom.

Opracowały:
Krystyna Bilbin, Maria Dziecioł

REKLAMA

Pełny zakres usług stomatologicznych



OPTIMA
dental
centrum nowoczesnej
stomatologii

- DZIECI
- MŁODZIEŻ
- DOROŚLI

lek. stom. Agnieszka Jankiewicz-Buczek

Otwock, ul. Filipowicza 1B

WWW.OPTIMADENTAL.PL

Terminy umawiane telefonicznie: 690 44 78 99



Gabinet
Kosmetyczny
Hanna Kornacka

tel. +48 602 675 100

ul. Słonecznej Polany 18
05-077 Warszawa

gabinet@kosmetyka-hk.pl
www.kosmetyka-hk.pl

Zapisy telefonicznie lub mailowo.

Nowoczesna kosmetyka twarzy i ciała
z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb.

Skuteczne zabiegi z zastosowaniem najnowszej aparatury
i profesjonalnych kosmetyków organicznych.

Serdecznie zapraszam, Hanka Kornacka



Okiem coacha

Krótki trening podnoszenia samooceny

Poczucie własnej wartości to sprawa kluczowa, jeśli chcemy czuć się osobami spełnionymi. Dlatego dziś jeszcze w skrócie o tym, jakimi strategiami możemy się wspierać.

Czym jest poczucie własnej wartości?

Przystępując do podnoszenia samooceny, trzeba znaleźć własną definicję i jej się trzymać.

Dla mnie osobiście jest to rodzaj zaufania do własnej osoby, umiejętność takiego budowania relacji ze światem, które pozwala nam być sobą, szanując zarówno siebie, jak i innych.

W stworzeniu własnej definicji pomoże nam refleksja nad różnymi obszarami życia, w których dobra samoocena lub jej brak zmieniają nasz sposób funkcjonowania.

Kiedy mamy poczucie własnej wartości

- jesteśmy w większym stopniu samowystarczalni i niezależni, ponieważ nie potrzebujemy ciągłej aprobaty innych,
- stać nas na podejmowanie ryzyka, ponieważ jesteśmy gotowi na sukces, lecz także uznajemy możliwość porażki,
- bierzemy pod uwagę opinie innych osób na nasz temat, ale nie czujemy się przez nie lepsi ani gorsi,
- można powiedzieć także, że mamy w sobie wewnętrzny spokój, wynikający z poczucia bezpieczeństwa, a ono wynika z zaufania do siebie,
- żyjemy w oczekiwaniu pozytywnych rozwiązań.

Kiedy brakuje nam poczucia bezpieczeństwa, jest odwrotnie

- nie czujemy się samodzielni, często potrzebujemy, aby ktoś inny brał za nas odpowiedzialność,
- wycofujemy się z wielu korzystnych sytuacji w obawie przed niepowodzeniem,
- sukces często przyjmujemy nieufnie, pytając – czy on naprawdę mi się należy?,
- jesteśmy bardzo wrażliwi na ocenę i opinię innych ludzi, bardzo przeżywamy, jeśli są niepożądane,
- nasze poczucie bezpieczeństwa jest często nadwątłone,
- żyjemy w większym stopniu defensywnie, stawiając się na obronę.

Dla osób pragnących coś zmienić w swoim życiu istotne jest dopisanie własnych „postulatów”.

Co Ty tracisz, a co mógłbyś zyskać, podnosząc swoją samoocenę.

Samoocena i nasze relacje

Oczywiście warto jeszcze dodać, że jakość naszych relacji w ogromnym stopniu zależy od samooceny.

- Kiedy myślę o sobie dobrze, szukam osoby, z którą będę szczęśliwa, szczęśliwy.

- Kiedy nie czuję się warta miłości, próbuję uszczęśliwiać kogoś w nadziei, że ten ktoś w rewanżu uszczęśliwi mnie. Niestety działania obliczone na efekt nie są autentyczne.
- Kiedy myślę o sobie dobrze, kieruję się potrzebami mojego serca i szukam kogoś, kto mnie pokocha z wzajemnością.
- Kiedy mam niską samoocenę, w głębi serca uważam, że osoba, która mnie odrzuca, jest kimś lepszym ode mnie i zdobycie jej uczucia podniesie moją wartość. Dlatego osoby o niskim poczuciu wartości często odrzucają miłość i rozglądają się za osobą niedostępną, która stworzy iluzję – „gdy ją zdobędę, będę kimś”.

A teraz konstruktywnie:

Jak podnieść samoocenę?

1. Poznanie siebie

Nie uda nam się podnieść samooceny, jeśli nie odpowiedzimy sobie na kilka podstawowych pytań. Oto one:

- Kim jestem?
 - Co jest dla mnie ważne w życiu?
 - Jaka jest moja misja, czyli co chcę dać od siebie innym ludziom, światu.
 - Co chcę po sobie zostawić?
 - Jakie są moje dążenia?
 - Czego w swoim życiu nie chcę? Może niektóre z tych aspektów rzeczywistości są w nim obecne. Odpowiedz sobie na te pytania.
- A potem wypisz 10 cech charakteru, także wyglądu – z których jesteś dumny!

2. Inny kierunek to techniki wizualizacyjne

Odkrycia neurobiologii i fizyki kwantowej sprawiają, że rozumiemy teraz, jak działa wizualizacja. Każda nasza myśl, jaką „produkujemy”, to fizyczna aktywność pewnego obszaru w naszym mózgu, a są nią impulsy elektryczne. Aktywność ta powstaje nie tylko w momencie, gdy doświadczamy rzeczywistości, ale również wtedy, gdy tylko wyobrażamy sobie tę rzeczywistość (wydarzenie, sytuację). Co to oznacza? Że nasz mózg praktycznie nie różni rzeczywistego doświadczenia od wyobrażenia. Dlatego wyobrażanie sobie pozytywnych doświadczeń działa niczym realny trening. Ważne jest jednak, abyśmy robili to w sposób konkretny. Bo jeśli powiem sobie „mam wysoką samoocenę”, to jak mogę ją sobie wyobrazić? Mu-

sze powiedzieć sobie, po czym poznam, że mam poczucie własnej wartości. Na przykład po tym, że:

- zachowuję się swobodnie wśród ludzi, śmieję się, nawiązuję kontakty, opowiadam anegdoty,
- na spotkaniach jestem wyluzowany, otwarty itp.,
- zabieram głos w pracy na ważnym zebraniu.

Potem w wizualizacji oglądam siebie jak na filmie w danej sytuacji – starając się dostrzec jak najwięcej detali, a także poczuć te emocje, które mówią, że jest dobrze. Jakie to emocje? Zadowolenie, radość, wesołość itp.

3. Trochę filozofii, czyli praca z oddechem i tak zwana Praktyka Obecności

O co w tym chodzi? O to, abyśmy nauczyli się czuć wewnętrzną prawdę i oddzielać ją od iluzji.

Co jest iluzją? Jest ona tym, co tworzy nasze ego. Na przykład to, że prestiż, wygląd, poziom życia, a nawet czyjaś miłość sprawia, że staniemy się kimś lepszym. To, że musimy się starać, by nas kochano, ceniono... I tak dalej, i tak dalej...

Jeśli nawet to wydaje się banalne i mało odkrywczе, większość z nas myśli i żyje według takich zasad...

Praktyka Obecności jest zbliżona do technik medytacyjnych, ale nie jest nimi. To szeroki temat, chcę Wam go dziś tylko zasygnalizować i zaproponować ćwiczenie zwane samoobserwacją. Najlepiej robić je na stojąco z nogami rozstawionymi na szerokość bioder, rękami opuszczonymi wzdłuż ciała.

Zamknij oczy i weź 5 głębokich świadomych oddechów. Niech wdech będzie energiczny, a wydech zrelaksowany. Nie rób przerwy pomiędzy wdechem i wydechem i odwrotnie.

Następnie, przez około 10–15 sekund, bądź obecny z każdą myślą, która się pojawia. Zauważ ją, a jeśli poczujesz, że odpływasz wraz z sekwencjami swoich myśli, także to zauważ i wróć do bycia obecnym. Jeśli zaś stwierdzisz, że o niczym nie myślisz, to znaczy, że... myślisz właśnie o tym.

Weź ponownie głęboki oddech.

A teraz zauważ emocję, którą czujesz, lub nastrój, w którym teraz jesteś. Przez ok. 10–15 sek. bądź świadomie obecny z tym, co czujesz. Jeżeli niczego nie czujesz, bądź obecny z tym „nic”.

Znowu weź głęboki oddech, po czym bądź świadomie obecny ze swoim ciałem. Rozpoczynając od palców u stóp, powoli przeskanuj całe ciało, aż po czubek głowy, przez ok. 10–15 sekund. Powoli zakończ ćwiczenie.

Samoobserwację warto robić 2–3 razy w ciągu dnia. Zajmuje to najwyżej dwie minuty, czyli łącznie sześć minut bycia obecnym ze sobą. To niewiele.

Gdy praktykujemy samoobserwację, znacznie łatwiej przychodzi nam kontakt ze sobą, a to prowadzi do poczucia wewnętrznej mocy.

Życzę Wam dobrych rezultatów,

Joanna Godecka, lifecoach

ZAPRASZAM NA PROFESJONALNE SESJE

Joanna Godecka

life coach,

praktyk Integracji Oddechem

501 715 646 w godz. 10-20

zarządzanie stresem

poczucie własnej wartości

odkrywanie talentów

poprawa relacji

Zostań uczniem Buthaka!



TRWA REKRUTACJA DO LICEUM!

Gimnazjum i Liceum Buthaka
ul. Trakt Brzeski 63, Warszawa-Wesoła,
os. Stara Miłosna, tel. 22 773 36 00
Szczegóły na www.szkołybulhaka.pl

PRZEDSZKOLE KRASNAŁE
BAŚNIOWA KRAJINA MAŁYCH KRASNAŁÓW

ZAPRASZAMY DZIECI W WIEKU OD 1 - 5 LAT

Zajęcia przygotowujące do przedszkola (1 - 2,5 lat)
Abonament miesięczny - 800 zł
Abonament dzienny - 50 zł
Stawka godzinowa - 15 zł

Oferujemy zajęcia:
Dydaktyczno - wychowawcze
Umiejętnością - rytmiczne
Psychodukacyjne
Gimnastykę korekcyjną
Język angielski (2 razy w tyg.)
Indywidualne i zajęcia z Logopedą

Przedszkole (2,5 - 5 lat)
Abonament miesięczny - 500 zł
Abonament dzienny - 40 zł
Stawka godzinowa - 15 zł

Cena Wakacyjna
CENY:
1 DZIEŃ - 60 zł
1 TYDZIEŃ - 280 zł
1 MIESIĄC - 600 zł

Przygotowanie dzieci z niepełnosprawnościami

DIWON JUŻ TERAZ! 917 642 516 lub 22 299 30 25
f <https://www.facebook.com/basniovakrainamalychkrasnale>
Warszawa - Wesoła os. Stara Miłosna ul. Jana Pawła II 112

PAW-BUD



Beton Towarowy ♦ Transport ♦ Pompa

05-462 Wiązowna, Duchnów, Szosa Mińska 48
tel. 22 795 15 94, 22 795 11 44
tel. kom. 601 384 524

BUDOMATEX
solidny deweloper

Warszawa - Wesoła
ul. Rumiankowa 27

475.000 zł
- ostatnie mieszkania
w takiej cenie!

Budomatrix S.A.
ul. Sokołowska 60A
08-110 Siedlce
tel. (25) 632 40 08
biuro@budomatrix.pl

■ Doskonała lokalizacja
■ 30 minut do centrum Warszawy komunikacją miejską
■ Dostępne metraże: 95 lub 96 m²

Rumiankowa

Najcieplejsze domy w mieście

www.budomatrix.pl

Deco juma

Salon FIRAN i ZASŁON

Szeroki wybór tkanin dekoracyjnych,
firan, zasłon, tkanin obiciowych
(kilka tysięcy wzorów)

Karnisze, szyny sufitowe, systemy
panelowe, roletowe i sznurkowe

Rolety, żaluzje, weranki,
moskitiery, markizy

Doradzamy, szyjemy,
montujemy i upinamy

Profesjonalne szycie
dekoracji okiennych,
rolet rzymskich,
narzut

ul. Kombatanów 63, 05-070 Sulejówek
tel. 22 760 10 52, 509 95 95 97
email: info@decojuma.pl
pon.-pt. 10-18, sob. 10-14

www.decojuma.pl

AUTO BARTOSZ

MECHANIKA POJAZDOWA
KOMPLEKSOWE NAPRAWY
WULKANIZACJA

FACHOWO SZYBKO
SOLIDNIE TANIO

• SILNIKI, ROZRZĄDY, SPRĘGŁA
• SKRZYNI BIEGÓW, ZAWIESZENIA
• HAMULCE, PRZEGŁĄDY, OLEJE
• DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA
WSZYSTKIE MARKI
• OBSŁUGA I NAPEŁNIANIE KLIMATYZACJI

05-077 Warszawa-Wesoła
UL. JEŹDZIECKA 4
Tel. 693 84 22 84
(22) 773 18 61 - 9-17
E-mail: autobartosz@o2.pl
www.autobartosz.prv.pl

Praska Miłość

*Miłość nie polega na tym,
aby wzajemnie sobie się przyglądać,
lecz aby patrzeć razem
w tym samym kierunku*

Antoine de Saint-Exupéry
– Mały Książę

Na pewnym praskim podwórku znów słychać było ostrą awanturę. Albert przystanął i nasłuchiwał przez chwilę. Tak jak się spodziewał, głosy dochodziły z pierwszego piętra od jego sąsiadów. Byli ze sobą już z 10 lat i stale się kłócili. Jednak tym razem spór wydawał się jeszcze ostrzejszy niż zwykle. Słowa, które dolatywały do uszu Alberta, jakoś szczególnie go niepokoiły. Coś poruszyło się niespokojnie w jego sercu i postanowił tym razem zareagować. Kiedy wspinał się po obdrapaną klatkę schodową, w głowie napędce układał mu się plan.

Kiedy stanął przed drzwiami z numerem 4, zastukał mocno. Jednak krzyki ze środka zagłuszyły jego kołatanie. Czynność musiał powtórzyć jeszcze kilkakrotnie, zanim głosy wewnątrz ucichły. Drzwi otworzyły się na oścież, ukazując pochmurną twarz Piotra – wiem, wiem, jesteśmy za głośno – powiedział zrezygnowanym, zachrypniętym głosem – postaramy się być ciszey – i już chciał zamknąć drzwi. Jednak Albert nie pozwolił zbyć się tak łatwo:

– Ależ nie o to chodzi – uśmiechnął się do sąsiada – przyszedłem, bo dramatycznie potrzebuję waszej pomocy – wypalił wprost i zrobił najbardziej żalostną minę, jaka mu przyszła do głowy. Piotr spojrział na niego – nie wiadomo czy bardziej zaskoczony czy zmieszany dziwną sytuacją.

– Nie zostawiajcie sąsiada w potrzebie – kontynuował żałośnie Albert. Wreszcie w Piotrze zwykła ludzka życzliwość przełamała jego opór, przestąpił krok do tyłu i wpuścił gościa do środka.

– Bożenka, mamy gościa – krzyknął w głąb mieszkania – herbaty zrobić!

Opuchnięta od płaczu twarz gospodyni wychyliła się na chwilę z kuchni. Pomimo tragicznego wyglądu, dało się na niej rozpoznać wyraz sporego zdziwienia. Usta poruszyły się w bezgłośnym „dzień dobry”, po czym całość zniknęła za futryną.

Mężczyźni usiedli w pokoju przy niskiej ławie. Albert stale wpatrywał się w podłogę, próbując starannie dobierać słowa – przepraszam, że tak nachodzę nie w porę, ale... – dukał powoli – mam duży problem i pomyślałem, że sąsiedzi mi jakoś pomogą.

– Mówże śmiało, panie Albercie – odpowiedział już śmielej gospodarz – jak będziemy mogli, to pomożemy.

W tym momencie jego żona weszła do pokoju, niosąc w rękach dwie szklanki w wiklinowych koszyczkach. W środku spokojnie kręciły się torebeczki taniej ekspresowej herbaty. Postawiła je na ławie i już chciała wychodzić, lecz Albert zatrzymał ją szybko. – Będę potrzebował pomocy obydwójga państwa! – Bożenka stanęła w pół kroku i odwróciła się, zerkając to na męża, to na sąsiada – oczywiście, jeśli tylko się zgodzicie... – dokończył pokornie gość.

Nie mogła tak trwać w nieskończoność, więc po chwili zastanowienia pani domu usiadła na tapczanie u boku swego małżonka, zachowując jednak widoczny dystans.

– No dobrze – Piotr założył ręce na piersi – powie sąsiad o co chodzi.

Albert ujął szklankę w obie ręce i zaczął grać sobie dłonie, wpatrując się w nabierający brązowej barwy płyn w środku naczynia – jak dobrze państwo wiedzą, mam chorego synka. Kiedy ja wychodzę do pracy, on całymi dniami leży sam w domu. Staram się czasami wymyślić coś, co go zajmie, ale nie często mi się to udaje, bo ani czasu za bardzo nie mam, ani pomysłów. Za tydzień mój Wojtuś ma urodziny i pomyślałem sobie, że dobrze byłoby mu zrobić jakąś niespodziankę. Ale wiecie państwo, ja ciągle zapracowany, stale poza domem, sam nie dam rady. I pomyślałem, że może państwo mi pomogą... w końcu sąsiedzi i ludzie życzliwi... – tu spojrział błagalnie na gospodarza. Ci z szeroko otwartymi oczami wpatrywali się w gościa. Potem jak na sygnał przenieśli wzrok na siebie nawzajem. Potem znów na gościa.

– No wie pan, panie Albercie, my byśmy chętnie, ale... – zaczął Piotr, szukając jakichś słów wymówki, jednak przerwał mu nagły wybuch radości – Naprawdę chętnie?! – twarz gościa promieniowała – To cudownie! Nawet państwo nie wiecie, jakie to ważne dla mojego syna! On całymi dniami nudzi się w tym domu, nikt do niego nie przychodzi, a tu nagle taka radość! Jesteście aniołami!

Dalej sprawy potoczyły się już same – Piotr i Bożenka, nie mogąc wykręcić się z zadania, zaczęli obmyślać, co można przygotować i co każde z nich może zrobić. Gospodyni oczywiście podjęła się kwestii kulinarnych, bo co to za urodziny bez tortu i sałatki jarzynowej!... Mężczyźni postanowili skupić się na dekoracjach i sprawie rozrywek.

Cały tydzień minął im na planowaniu i przygotowaniach. Mieszkańcy podwórka, przechodzili pod ich blokiem z dziwnym uczuciem zaniepokojenia, bo czuli, że coś nie gra, ale nie mogli połączyć się co... Dopiero pod koniec tygodnia, ktoś zauważył, że na osiedlu zrobiło się jakoś ciszej, bo nie słychać kłótni tego małżeństwa spod czwórki.

Albert z radością patrzył, jak jego plan działa – małżeństwo dotąd skłócone, teraz zaczęło działać razem. I okazało się, że potrafią się dogadywać bez podnoszenia głosu. Parę razy pojawiły się sytuacje konfliktowe, ale jedno spojrzenie na cierpiącego chłopca uspokajało atmosferę.

Urodziny odbyły się z wielką pompą i oprócz organizatorów pojawili się na nich także inni sąsiedzi. Był tort i prezenty, no i oczywiście sałatka jarzynowa.

Jednak po kilku dniach emocje opadły, a podwórko znów zaczęły rozdzierać niepokojące krzyki z pierwszego piętra. Ale Albert miał już gotowy plan.

Kiedy pewnego dnia Piotr jak co dzień wracał z pracy, ujrzał sąsiada z dołu szalejącego przed blokiem ze szpadlem. Co dziwniejsze, obok pochylona kręciła się jego własna żona – Bożenka.

– Dobry – zagadnął przekrzywając na bok głowę i odchylając do tyłu kaszkiet.

– Ano dobry sąsiedzie! – z promienistym uśmiechem przywitał go Albert – jak tam w robocie?

– A, nijak. Ale widzę za to, że u was dość ciekawie – skinął głową w stronę skwerku trawy i grzebiącej w nim kobiety.

– Taaa – jeszcze szerzej uśmiechnął się Albert – wiesz sąsiedzie, pomyślałem, że jak ten mój Wojtuś tak cały dzień siedzi w domu i gapi się w okno, to warto, żeby chociaż miał jakiś ładniejszy widok. A że jest tu trochę miejsca, to można by zrobić niczego sobie ogródek. No i pańska małżonka (wspaniała kobieta) zaferowała się pomóc. A może i sąsiad zechciałby się przyłączyć, bo para takich silnych rąk na pewno by się przydała.

Piotr już chciał wymruczeć coś o zmęczeniu i całym dniu w robocie, ale ubiegła go Bożenka – toż to leń, tak w pracy jak w domu. Na pewno się nie zgodzi! – i wróciła do swojego dziabania motyką.

Piotr poczerwieniał jak cegły ich kamienicy. Już miał poinformować wszystkich wokół, kto w tej rodzinie jest prawdziwym obibokiem, ale w tym momencie dojrzał wyglądającą zza szyby znajomą twarz chorego chłopca. Stłumił więc w ustach przekleństwo, pochwycił trzymany przez Alberta szpadel i całą swoją frustrację włożył w przekopywanie ziemi.

I tak praca nad ogrodem szła powoli do przodu. Każdą wolną chwilę poświęcali bądź to na planowanie, bądź na sa-

dzenie i pielęgnację roślin. I chociaż ogródek był skromny, to prezentował się pięknie, a inni lokatorzy z chęcią zatrzymywali się, aby podziwiać ten mały mieszcowski cud. A właściwie dwa cuda. Bo drugim była dwutygodniowa zgoda pomiędzy małżonkami.

Pod koniec prac Albert bał się trochę tego, co nastąpi, jednak sposobność nadarzyła się sama – w pracy zaproponowano mu wyjazd na miesięczną delegację – oczywiście dobrze płatną. W takich sytuacjach zwykle odmawiał, bo choć pieniądze bardzo by się im w domu przydały, to nie miał przecież z kim zostawić Wojtkę. Teraz jednak było inaczej.

Kiedy przedstawiał sytuację sąsiadom z góry, nastawiał się na spory opór. Obmyślał nawet specjalne wybiegi i argumenty, aby ich przekonać. Jakże był zdziwiony, kiedy zaraz po usłyszeniu prośby, para spojrzła krótko na siebie i niemal równocześnie powiedziała „tak”. Przez chwilę siedział oniemiały z łyżeczką do połowy zanurzoną w herbach, po czym poderwał się i oboje serdecznie uściskał.

Na miesiąc Bożenka i Piotr przeprowadzili się na parter, aby móc zajmować się chłopcem całodobowo. Zaglądali do swojego mieszkania tylko po to, aby zabrać

jakieś potrzebne rzeczy. Przez cały ten czas troskliwie doglądali Wojtkę, karmili go, podawali lekarstwa, rozmawiali, a młody chłopiec stopniowo podbijał ich serca. Przez cały miesiąc na podwórku nie dało się ani razu słyszeć ich kłótni. Nawet sąsiedzi, nie mogąc wyjść z podziwu, przystawiali pod oknami kamienicy i potrzaskali głowami z niedowierzaniem.

Kiedy zbliżał się czas powrotu Alberta, małżonkowie jakoś posmutnieli. Czuli, że dzieje się z nimi coś dobrego, nawet jeśli nie potrafili tego nazwać, i bali się, że za chwilę to utracą.

Kiedy więc ojciec Wojtusia przekroczył próg domu, powitali go dość chłodno, jak jakąś nieprzyjemną konieczność.

– Coście tacy smutni? – zagadnął sąsiadów.

– Nie wiem. Jakoś tak dziwnie – odpowiedział spuszczać wzrok Piotr. Bożenka przybliżyła się do męża i, co było zadziwiające, wtuliła mu się w ramię!

– Ha – zawołał Albert – Cieszę się, widząc waszą przemianę! Zawsze wiedziałem, że się kochacie. Brakowało wam po prostu celu, który by was łączył. Dostaliście cel i wszystko się poukładało jak należy.

– No tak – zaczęła nieśmiało Bożenka – ale teraz ty nam ten cel odbierzesz. I wszystko znowu będzie po staremu

– jeszcze mocniej wtuliła się w mężowe ramię, a jej oczy napełniły się łzami.

– Wcale nie musi tak być, droga sąsiadko. A to mało jest celów na świecie? – mężczyzna podszedł do okna i zastukał w szybę. Małżonkowie wyjrżeli na zewnątrz. Przed domem stała mała gromadka umorusanych dzieci ulicy. Zawsze pełno się ich kręciło po Pradze i mało kto się nimi interesował – brudne, obdarte i chude, że aż ciarki przechodzą. Albert widocznie pozbiierał ich w drodze powrotnej.

– Umiecie się opiekować dziećmi, czego dowodem mój syn. A i serca do tego wam nie brakuje, co pokazaliście wyrażnie. Tam macie całe stadko celów! Życia wam nie starczy, aby się wszystkimi zająć – uśmiechnął się szeroko i serdecznie uściskał swoich sąsiadów.

I odtąd życie na ich podwórku zmieniło się nie do poznania.

Co prawda nie zrobiło się ciszej.

Ale za to okrzyki gniewu zostały na stałe wyparte przez głośny, dziecięcy śmiech.

ks. Bartłomiej Kopeć

Więcej opowiadań ks. Bartka
znajdą Państwo na naszej stronie
www.wiadomosciasiedzkie.pl
w dziale „Artykuły”.

REKLAMA



RODZINNY DOM OPIEKI

Stara Miłosna
tel. kom. 502 866 525
www.pensjonatseniora.com.pl

- ✓ całodobowa opieka pielęgnarska
- ✓ bardzo dobre warunki w pokojach 1- i 2-osobowych
- ✓ przystępne warunki płatności
- ✓ również krótkie pobyty

KANCELARIA ADWOKACKA

PORADY, SPRAWY SĄDOWE:

- CYWILNE (SPADKI, ZASIEDZENIA, NIERUCHOMOŚCI)
- RODZINNE, ROZWODY
- ADMINISTRACYJNE

Tel. 22 745-55-00 (w godz. 10⁰⁰–17⁰⁰),
602-22-69-64, adw.konaszewska@wp.pl
www.kancelaria-konaszewska.waw.pl

USŁUGI KSIĘGOWE PEŁNY ZAKRES

- KPiR, PEŁNA KSIĘGOWOŚĆ
 - ZUS, KADRY I PŁACE – REJESTRACJA SPÓŁEK DO SĄDU
- Pierwszy miesiąc gratis*
e-mail: mariottipartners@op.pl • tel. kont. 508 321 402

wielospecjalistyczny

GABINET DENTYSTYCZNY

dr Maria Dawyniak

Stomatolog Ogólny

&

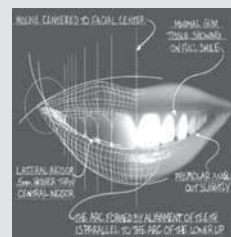
dr n. med. Maciej Nowak

Periodontolog



tel. 662 822 340

Wesoła-Zielona, ul. Brata Alberta róg ul. Warszawskiej



Martwi Cię zachowanie Twojego dziecka?

Niepokoje zbytnia ruchliwość, agresja,
nadwrażliwość na dźwięk lub dotyk?

Być może są to zaburzenia integracji sensorycznej?

Przyjdź do nas! Sprawdź!

Oferujemy:

- diagnozę i terapię prowadzoną przez doświadczonych terapeutów,
- doskonale wyposażone sale,
- atrakcyjne ceny, rabat 5% po okazaniu ogłoszenia, a dodatkowo spacer po pięknym parku, zwiedzanie mini zoo, plac zabaw, siłownia na świeżym powietrzu.

Szczegółowe informacje:

Pracownia Profilaktyki i Wspomagania Rozwoju
ul. Hafciarska 80/86 • 04-725 Warszawa
tel. 22 812 49 55 • www.helenow.pl

Piknik rodzinny w SP 353

13 czerwca 2015 r. w Szkole Podstawowej nr 353 odbył się Piknik Rodzinny pod hasłem „Myśl-Badaj-Odkrywaj”. Jak co roku przygotowaliśmy wiele atrakcji. W strefie nauki rozpoznawaliśmy różne przedmioty za pomocą zmysłów. Oglądaliśmy ciekawe preparaty pod mikroskopem i przez lupę. Układaliśmy puzzle matematyczne i tangramy. Graliśmy w gry logiczne oraz szachy. Badaliśmy przewodnictwo prądu w owocach. Wykonaliśmy kolorowe gniotki z balonów i mąki ziemniaczanej. Robiliśmy wulkany i rozpalaliśmy zimne ognie pod wodą. Duże wrażenie zrobił na uczniach eksperyment z samozapłonem.

W kątku kreatywnym dziewczynki tworzyły z koralików wisioriki i bransoletki. Długie kolejki ustawiały się przy stanowiskach zaplatania warsteczek oraz malowania buziek. Warsztaty gry na bębnach przyciągały uwagę dużych i małych. Aby wygrać w kole fortuny atrakcyjne nagrody, trzeba było mieć nie tylko szczęście, ale i wiedzę. Na żądnych sportowych wrażeń czeka-



ły: boisko do piłki nożnej, stoły do tenisa, ścianka wspinaczkowa oraz pokazy judo, karate, aikido i szermierki.

Na scenie największym entuzjazmem widzów cieszył się występ naszego szkolnego zespołu rockowego. Publiczność wraz z wykonawcami śpiewała piosenki i gorąco oklaskiwała każdy utwór. Wszystkim bardzo podobały się popisy

uczniów ze społecznej szkoły muzycznej, a także maluszków z klasy 0b. Oprócz koncertu piosenki angielskiej oglądaliśmy pokazy tańca świetlicowych pszczołek.

O tym, że ratowanie jest dziecinnie proste, przekonywali nas trzecioklasiści, którzy wszystkich chętnych uczyli udzielania pierwszej pomocy. Dziewczynki ze szkolnego koła wolontariatu sprzedawały rękodzieło, aby zebrać pieniądze dla ciężko chorych dzieci.

Zainteresowaniem chłopców i ich ojców cieszyły się pojazdy straży pożarnej, policji, terenówki oraz hummer. Uwagę uczestników pikniku przykuł pokaz musztry parady Kompanii Reprezentacyjnej Wojska Polskiego. Kawiarenka zaś przyciągała gości zapachem wypieków, aromatem prażonej kukurydzy i grillowanych kiełbasek.

To oczywiście nie wszystkie atrakcje, jakie przygotowaliśmy dla uczestników tego szkolnego i rodzinnego święta. Dziękujemy tym, którzy przyczynili się do organizacji imprezy. Zapraszamy w przyszłym roku. Mamy nadzieję, że z niecierpliwością będziecie czekali na kolejną edycję.

Agnieszka Reszczyńska-Urban

Odwiedził nas Skipper :-)

W Szkole Podstawowej nr 172 miała miejsce niezwykła wizyta. Gościliśmy bardzo ciekawą i osobliwą postać. Był nią pan Grzegorz Pawlak, aktor teatralny, lektor, reżyser i aktor głosowy. Najbardziej rozpoznawalny dla dzieci jest głos pana Grzegorza, to głos pingwina Skippera z filmu i serialu o tym samym tytule „Pingwiny z Madagaskaru” oraz filmu „Madagaskar”. Pan Grzegorz Pawlak używał głosu, czyli dubbingował, wielu postaciom z filmów dla dzieci, były to m.in. Muppety, Kot w Butach, Smurfy, Kung Fu Panda czy Tygrysek w filmie „Kubuś Puchatek i przyjaciele”. Reżyserował również m.in.

polską wersję językową filmu „Toy Story”. Pan Grzegorz Pawlak jest też „głosem” telewizji POLSAT.

„Skipper” z „Pingwinów z Madagaskaru” opowiadał nam o pracy przy filmach dla dzieci, dubbingach, reżyserowaniu oraz o pracy w teatrze. Na koniec dzieci podziękowały panu Grzegorzowi i otrzymały od niego prezent – autograf.

Dziękujemy panu Sieczczyńskiemu (prywatnie tata Stasia z kl. III a) za zorganizowanie spotkania,



w którym mogły uczestniczyć dzieci z grupy popołudniowej (kl. I, II i III).

Barbara Żbikowska
wych. kl. IIIa



Ciekawostki z przedszkola abc

W naszym przedszkolu czerwiec minął intensywnie. Odbył się uroczysty Piknik Rodzinny, podczas którego dzieci oficjalnie przywitały wakacje, a nasze wrześniowe pierwszaki pożegnały się z przedszkolem. Aż łezka w oku się kręciła... ale tylko przez chwilę, bo przecież górę wzięła dobra zabawa i mnóstwo atrakcji przygotowanych dla dzieci i ich rodziców.

Mieliśmy również szansę podziwiać występ

pięknych tancerek z naszego koła baletowego. Dziewczynki zachwycaly gracją, delikatnością oraz pięknymi profesjonalnymi strojami. Dumne mamy i tatusiowie ukradkiem ocierali łzy wzruszenia. Wszyscy byliśmy pod wielkim wrażeniem występów. Teraz już wszyscy czekają na lato i wakacje!!! Oj, będzie się działo ☺.

Anna Sadowska
Dwujęzyczne Przedszkole abc

REKLAMA

USŁUGI OGRODNICZE I PORZĄDKOWE

Trawniki • Pielęgnacja • Aranżacje

 **Larix**

tel. 88 33 11 774
www.larix-ogrody.pl

NETAX BIURO RACHUNKOWE

Rozpoczynasz działalność? Zmieniasz biuro rachunkowe? Szukasz oszczędności i rezygnujesz z własnej księgowości?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

SIEDZIBA BIURA STARA MIŁOŚNA

Zachęcamy do kontaktu i współpracy z naszym biurem. Dziękujemy za uwagę i zapraszamy do współpracy.

tel. 782 506 106 biuro@netax.net.pl www.netax.net.pl

PRACOWNIA PROTETYCZNA

EWA WAŚ

tel.: 22 773 29 67 • 22 760 86 74 • 605 40 38 42

PROTEZY • NAPRAWA

Express



Net@Admin

Masz problem z komputerem?

Marcin Małachowski
0 512 075 999
serwis@netadmin.net.pl

SERWIS z dojazdem do klienta

Serwis komputerowy • Sieci komputerowe • Usługi informatyczne • Sprzedaż sprzętu

BIURO RACHUNKOWE

Licencja MF nr 14424/99

Siedziba: Warszawa-Wesoła tel./fax 22 773 26 93
Stara Miłosna 695 708 695
ul. Irydowa 16 e-mail: fismag@poczta.fm



PRYWATNY GABINET REHABILITACJI

O F E R U J E :

- ZABIEGI KINEZYTERAPEUTYCZNE
- MASAŻ LECZNICZY
- TERAPIA MANUALNA
- ZABIEGI Z ZAKRESU FIZYKOTERAPII:
m.in. krioterapia, laseroterapia, pole magnetyczne
- KONSULTACJE LEKARZY SPECJALISTÓW
ortopeda-traumatolog

Nasz adres: Wesoła-Stara Miłosna,
ul. Jana Pawła II 264, tel. 22-773-14-97
www.rehabilitacja-staramilosna.pl
gabinet@rehabilitacja-staramilosna.pl

KARNETY I KORZYSTNE RABATY

**10% ZNIŻKI DLA EMERYTÓW
NA ZABIEGI Z FIZYKOTERAPII**

**MOŻLIWOŚĆ ZAKUPU SZWEDZKICH
PROFILOWANYCH PODUSZEK
ORTOPEDYCZNYCH, KOREKTORÓW
DO SIEDZENIA I POD PLECY
ORAZ STABILIZATORÓW STAWÓW.**

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO - PEDAGOGICZNA KRESKA

ul. Osiedlowa 18, Sulejówek

- **DIAGNOZA I OPINIOWANIE**
badania gotowości szkolnej - krótkie terminy
- **TERAPIA** psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna, SI,
psychomotoryka wg Procuś i Block
- **WCZESNE WSPOMAGANIE ROZWOJU**
udział w projekcie bezpłatny

www.poradniakreska.pl, tel. 694 122 523

SPECJALISTYCZNY GABINET DERMATOLOGICZNY

Beata Pacałowska

Specjalista dermatolog i wenerolog, Lekarz medycyny estetycznej

- Leczenie dorosłych i dzieci
- Leczenie: łuszczyca, grzybicy skóry i paznokci, łojotokowego
zapalenia skóry, alergii skórnych, diagnostyka mykologiczna
- Peelingi, mezoterapia, wypełniacze

ul. Kameliowa 12 (róg Dworkowej), tel. 505 099 069
Warszawa-Wesoła, Stara Miłosna

PRYWATNA PRAKTYKA LEKARSKA

Wojciech Klimm

Specjalista chorób wewnętrznych
Nefrolog

Lekarz uprawniony do badań kierowców i kandydatów na
kierowców kat. A, B, C, D, E, T oraz poj. uprzywilejowanych
ul. Słowackiego 33
05-075 Warszawa-Wesoła tel. **602-174-916**

♦ **WIZYTY DOMOWE** ♦

RODZINNE ZACISZE

Dom Seniora

**OPIEKA DZIENNA I POBYT STAŁY
GABINET LEKARSKI, REHABILITACJA,
CIEKAWY ZAJĘCIA,
KOMFORTOWE WARUNKI**

Warszawa Wesoła ul. Sikorskiego 49
Pani Beata 669 026 449
www.rodzinne-zacisze.pl

Wyjazd do Centrum Zarządzania Kryzysowego

We wtorek 19 maja 2015 roku w ramach wyjazdu pokoleniowych organizowanych przez Panią Helenę Kaźmierczak (Prezes Polskiego Komitetu Pomocy Społecznej w Wesołej) uczniowie klas II i III z Gimnazjum nr 120 wraz z Panią Ewą Florczuk i Panią Iwoną Kardynał uczestniczyli w wycieczce do Centrum Zarządzania Kryzysowego w Warszawie.

Krótką podróż autokarem przebiegła bardzo szybko i spokojnie. Wszyscy byliśmy ciekawi i zastanawialiśmy się, co możemy zobaczyć na miejscu.

Zwiedzanie poprzedził wykład i prezentacja, w których to zostały omówione cele i zadania tej instytucji. Następnie zaprowadzono nas do sali konferencyjnej, gdzie czekał na nas Pan Naczelnik, który opowiedział nam o swojej pracy. Dowiedzieliśmy się, że to właśnie w tym miejscu odbierane są telefony od osób, które dzwonią pod numer 112. Obejrzeliśmy dwa kilkunastominutowe filmy, pokazujące codzienną pracę zespołu.

Mogliśmy się przekonać, jak bardzo istotna jest w sytuacji kryzysowej współpraca wszystkich zespołów ratowniczych: policji, pogotowia, straży pożarnej i straży miejskiej. Był to bardzo pouczający film. Otrzymaliśmy broszurki informujące nas o tym, jak należy postępować w różnych trudnych i zagrażających życiu sytuacjach.

Ostatnim etapem wycieczki było zwiedzanie budynku. Największe wrażenie wywarła na nas sala, w której na ścianie znajdowały się duże telewizory, a w nich mogliśmy zobaczyć, co dzieje się w Warszawie, w różnych jej punktach.

Wycieczka była bardzo ciekawa. Wiemy już, jak funkcjonuje miejsce, które odwiedziliśmy. Możemy czuć się bezpiecznie, chodząc po stolicy naszego kraju, bo jesteśmy pewni, że wielu ludzi dba o porządek i spokój w Warszawie.

Ewa Dudzik
ucznica klasy IIb



Wieści z SP 173

Jak co roku świetnie bawiliśmy się na szkolnym pikniku rodzinnym. Pogoda była wspaniała, a zainteresowanie piknikiem ogromne. Ci, którzy nas odwiedzili, nie mogli narzekać na brak atrakcji. Było planetarium „Astropark”, helioskop, miasteczko zabaw sportowych, logicznych, plastycznych, eksperymentów, prezentacja finalistów projektu „Mam Talent”, występ pani Agnieszki Świątek, pokaz spadochronowe, kula sferyczna, pokaz aikido, pokaz techniki władania mieczem samurajskim, wymiana książek, robotyka, kawiarenka, autobus krwiodawstwa i wiele innych. Bardzo dziękujemy wszystkim, którzy tego dnia oddali krew. Państwa szlachetna postawa ratuje życie innym osobom! Chętnych do oddania krwi było tak wielu (rodzice, nauczyciele, ksiądz, strażacy), że nie wszyscy zdążyli w tym dniu ją oddać. W przyszłym roku akcja zostanie powtórzona.

Wymiana książek okazała się bardzo trafionym pomysłem.

Wiele osób przyniosło książki, które nie są im już potrzebne, i wzięło takie, które chcą przeczytać. Fundacja na rzecz Edukacji i Zdrowia „Perspektywa” przeprowadziła w naszej szkole warsztaty edukacyjno-naukowe z elementami doradztwa zawodowego o nazwie „Po co komu wiedzieć, czy pingwinom marzną stopy?”. Uczniowie zapoznali się ze specjalistycznymi zawodami i koniecznymi do ich wykonywania naukami ścisłymi, takimi jak matematyka, przyroda, chemia.

Klasy szóste wyjechały do Anglii na warsztaty edukacyjno-językowe. Dzieci dotarły do wielu ciekawych miejsc i wykonywały ciekawe zadania pogłębiające znajomość języka angielskiego.

W naszej szkole odbył się happening Entropia Słowa poświęcony setnej rocznicy urodzin ks. Jana Twardowskiego. Uczniowie klas 4–6 zgroma-

dzili się na sali gimnastycznej, gdzie wysłuchali montażu słowno-muzycznego przygotowanego przez uczniów pod kierunkiem p. Magdy Nowaszewskiej oraz s. Danieli. Uczniowie przedstawili biografię księdza Jana i zaprezentowali jego wiersze. Wysłuchaliśmy także muzycznych interpretacji wierszy nagranych przez zespół Ychtis. Zachęcamy do czytania poezji ks. Jana od Biedronki nie tylko dzieci, ale także dorosłych.

13 czerwca odbyło się w Wilanowie uroczyste rozdanie nagród w Miejskim Konkursie Ekologicznym. Konkursy są elementem Miejskiego Programu Edukacji Ekologicznej, w którym uczestniczymy od wielu lat. Ola Izydorczyk zdobyła nagrodę w konkursie literackim o tematyce ekologiczno-przyrodniczej. Dodatkową atrakcją było zwiedzanie pięknego parku w Wilanowie z przewodnikami. A ponieważ wakacje tuż-tuż – życzymy wspaniałego, bezpiecznego wypoczynku.

W imieniu społeczności szkolnej
Bernadetta Gierczycka

REKLAMA



BUŁHACZEK
NIEPUBLICZNE PRZEDSZKOLE ARTYSTYCZNO-JĘZYKOWE
Z ODDZIAŁEM ŻŁOBKOWYM

PRZYJMUJE DZIECI OD 1,5 - 5 LAT

ul. J. Strusia 58 tel. 885 552 233
www.przedszkole.szkołybulhaka.pl przedszkole@szkołybulhaka.pl

Wydarzenia w SP 174

Czerwiec obfitował w naszej szkole w wiele ciekawych wydarzeń.

Dnia 15 czerwca uczniowie i nauczyciele wzięli udział w uroczystości nadania **certyfikatów „Varsavianistyczna szkoła”** za zaangażowanie w popularyzowanie wiedzy na temat Warszawy. Dzięki uczestnictwu w programie dzieci mogły poznać miasto wielowymiarowo, od historii zaczynając, na marzeniach kończąc. Jako wyróżniająca się placówka mieliśmy możliwość zaprezentowania programu artystycznego w wykonaniu naszych uczniów pt. „Moja Warszawa”.

W czerwcu odbył się już po raz czwarty **dzielnicowy konkurs języka angielskiego „I Can Do It!”**. Tym razem motywem przewodnim była Australia. Spośród piętnastu uczestników wyłoniona została trójka finalistów: I miejsce zdobyła **Matylda Elson** (SP 174), II miejsce – **Mikołaj Próchniak** (SSP 12), a miejsce III – **Dobrosława Mazurek** (SSP 12). Zwycięzcom gratulujemy!

Na szczególną uwagę zasługuje przeprowadzona 16 czerwca **akcja charytatywna na rzecz naszego ucznia Władka**, który zmagają się z ciężką chorobą. Wychowawcy i Rodzice oddziału przedszkolnego zorganizowali program, podczas którego m.in. odbyło się przedstawienie teatralne Rodziców pt. „Wróżki”, występy artystyczne dzieci, pokaz turnieju rycerskiego w wykonaniu Bractwa Rycerskiego Excalibur oraz słodki poczęstunek z domowymi ciastami i ciasteczkami.

Do akcji przyłączyła się cała szkolna społeczność, mieszkańcy osiedla oraz kościół pw. św. Jana Pawła II. Akcja została przeprowadzona pod patronatem **Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”**, której podopiecznym jest

Władek. Dzięki zaangażowaniu tylu osób udało się zebrać kwotę 5224,44 zł. To nie pierwsza akcja charytatywna, w której szkoła bierze udział, ale po raz pierwszy w zmaganiu się z chorobą mieliśmy możliwość wesprzeć finansowo naszego ucznia. Bardzo cieszy nas, że wiele osób, tak zwyczajnie, z potrzeby serca chciało włączyć się do akcji. Wiemy, że wsparcie finansowe to nie wszystko, i robimy, co w naszej mocy, aby codzienne życie naszego ucznia było „zwyczajne”, a otoczenie sprzyjające realizacji jego potrzeb. Wszystkim bardzo dziękujemy!

Marzena Delak

WAKACJE W „BUŁHACZKU”

Zbliżają się wakacje. Niepubliczne przedszkole artystyczno-językowe „Bułhaczek” z oddziałem żłobkowym przygotowało specjalną ofertę. Dzieci wraz z bułhaczkową lokomotywą będą zwiedzać kontynenty. Będzie można poznać tradycje i zwyczaje rdzennych mieszkańców, dania charakterystyczne dla poszczególnych części świata, które dzieci będą miały okazję przygotować. Nie zabraknie także muzyki, tańców, lokalnych legend oraz egzotycznych instrumentów, które przybliżą dzieciom wybrane kraje. Zajęcia plastyczne podsumują zdobytą wiedzę.

Poznanie zabaw charakterystycznych dla innych krajów pokaże, że bez względu na narodowość czy kolor skóry dzieci na całym świecie bawią się bardzo podobnie.

Serdecznie zapraszamy!

Dyrekcja wraz z gremiem pedagogicznym



Elixir

KLINIKA DENTYSTYCZNA

Galeria Sosnowa

ul. Jeździecka 21f, lok. 5, Warszawa-Wesoła

tel. (22) 773 21 12; 518 662 799

Oferujemy kompleksowe leczenie dzieci i dorosłych:

- Leczenie zachowawcze
- Protetyka
- Leczenie ortodontyczne
- Chirurgia
- Zabiegi estetyczne
- Implantologia
- Diagnostyka radiologiczna na miejscu: rtg cyfrowe, pantomogram, cefalometria, tomografia szczęk i zatok

Możliwość płatności kartą

www.klinikaelixir.pl

Jesteśmy na Facebooku – Klinika Dentystyczna Elixir

Spółeczna Szkoła Podstawowa nr 12

im. Emanuela Bułhaka



- Klasy dwujęzyczne
- Nowoczesne metody i programy nauczania
- Dodatkowe języki od klasy I: j. francuski, j. niemiecki, j. hiszpański
- Bezpieczeństwo
- Ponad 20 letnia tradycja w nauczaniu

05-075 Warszawa-Wesoła, ul. Armii Krajowej 9

www.szkołybulhaka.pl

tel: 22 773 55 92

UCZESTNICZYMY W REALIZACJI PROJEKTÓW MIĘDZYNARODOWYCH



OGŁOSZENIA DROBNE

Na naszych łamach można zamieścić dwa typy ogłoszeń drobnych (bez względu na ich treść):

- ogłoszenie tekstowe o objętości do 20 wyrazów – płatne 16 zł (brutto),
- ogłoszenie w ramce 43 x 20 mm – płatne 43,05 zł (brutto).

Zamówienia można dokonać do 20 dnia poprzedniego miesiąca pod numerem tel. 22-810-26-04 lub adresem e-mail: drobne.wesola@wiadomosciasiedzieckie.pl.

Ogłoszenia publikujemy po wcześniejszym opłaceniu (gotówką lub przelewem).

► Zlecę sprzątnięcie co dwa tygodnie 4 godz., obojętny dzień i godzinę. Tel. 22 773 12 16, 698 712 215.

► Ogródek działkowy 450 m² w Wawrze odstąpię, tel. 722264478

► Zlecę prasowanie koszul. Kontakt – 601 05 32 62, po godzinie 19-jej.

► Firma sprząająca przejmująca nowe obiekty handlowe w Piasecznie i Warszawie zatrudni osoby do utrzymania czystości. Konkurencyjne wynagrodzenie, elastyczne grafiki i duży wybór miejsc pracy w Twojej okolicy. Dołącz do nas i pracuj w atrakcyjnych warunkach od zaraz! Warszawa: 661 991 477, 661 992 707, 661 991 506; Piaseczno: 661 991 457, 661 991 573.

► Do wynajęcia mieszkanie 55 m², Stara Miłosna osiedle Akacja, parter z ogródkiem, miejsce garażowe. Tel. 600 150 845.

► JĘZYK POLSKI – maturzyści, gimnazjaliści, szóstkasi!!! Przygotowanie do egzaminów, uzupełnianie braków, pisanie, testy, lektury!! NAUCZĘ KAŻDEGO!! Wesoła i on-line, tel. 22 773 40 87.

► SPRZEDAM DOM W ZABUDOWIE BLIŹNIAKÓW – 1/2 BLIŹNIAKA, WESOŁA CENTRUM. Bardzo dobra lokalizacja. 782 202 380.

► JĘZYK ROSYJSKI – skutecznie i sympatycznie z tłumaczem i lektorem, każdy poziom nauczania, tłumaczenia, konsultacje. Wesoła i on-line: tel. 504 69 79 18.

► Sprzedam okno z drzewa tekowego o wymiarach 112x115 wys. Telefon: 505-329-323.

► Pomoc i nauka w obsłudze KOMPUTERA, INTERNETU i KOMÓRKI. Osoby starsze PROMOCJA! Student. 533-404-404.

► Firma sprząająca – sprzątanie biur, mieszkań, pranie tapicerki i dywanów. Rachunki. tel. 505 28 77 81, www.firmasprzatajaca-warszawa.pl

ZAGRAJ NA GITARZE

przy ognisku czy na wyjeździe JESZCZE TEGO LATA! Szybka i skuteczna nauka w miłej atmosferze, wakacyjny repertuar :-)

Tel. 695-622-848

Żłobek i Przedszkole Rodzinne

Warszawa-Wesoła, ul. Kruszyny 28 os. Stara Miłosna

Tel. 22 773 33 77

NAPRAWA AGD – pralki,

lodówki, odkurzacze, itp. 25 lat doświadczenia, dojazd do klienta, konkurencyjne ceny. Tel. 501-049-250.

ANTENY satelitarne i naziemne, DEKODERY, montaż naprawa, ustawienia. Trwam, Cyfra, Polsat, N. oraz zestawy bez opłat, 30 kanałów po polsku. www.lemag-tvsat.waw.pl, ul. B. Czechy 29, tel: 22 815-47-25, 501-123-566.

WYCINANIE I PODCINANIE DRZEW USŁUGI OGRODOWE

ZAKŁADANIE TRAWNIKÓW PRACE PORZĄDKOWE
tel. 513 148 238

DACHY SPRZEDAŻ, MONTAŻ

501 14 14 40

USŁUGI GEODEZYJNE

"GEOSTAR" S.C.

- tyczenia
- pomiary inwentaryzacyjne
- mapy do celów projektowych
- uzgodnienia dokumentacji w ZUD
- podziały nieruchomości
- inne

ul. Jana Pawła II 25, tel. 22 773 83 49
05-077 Warszawa-Wesoła fax 22 773 83 69 www.geostar.waw.pl

„HORTUS” USŁUGI OGRODNICZE

tel. 691 260 269

www.hortus.waw.pl

KSIĘGOWOŚĆ – PEŁNY ZAKRES

Konkurencyjne ceny od 90 zł.

Dojazd do klienta gratis!

Licencja Min.Fin. 43690/2010

503-759-762

DORABIANIE KLUCZY mieszkaniowych i samochodowych

ul. Trakt Brzeski 73 (bud. Biedronki)

czynne: wt-pt 12⁰⁰-19⁰⁰, sob 10⁰⁰-14⁰⁰

tel.: 692 905 352

SZKOLENIE PSÓW DOGAŁAJCIE SIĘ w Starej Miłosnie. Szkolenia grupowe, indywidualne, wyprowadzanie psów. Agnieszka Kaniewska, tel. 501 379 779.

www.dogadajciesie.pl

SPRZEDAM 1/2 BLIŹNIAKA

NA DZIAŁCE 291 m²

+ DZIAŁKA 293 m²

STAN DEWELOPERSKI.

Tel. 608 48 36 50.

GLAZURA UKŁADANIE

remonty, profesjonalnie

tel. 501-586-056

MONTAŻ:

- kamery CCTV
- anteny TV i SAT
- kontrola dostępu
- domofony

www.anteny-kamery.pl

tel. 663-677-701

Szkoła Podstawowa

Niepubliczna nr 90

Gimnazjum Niepubliczne w Wesołej

Warszawa-Wesoła, ul. Kruszyny

os. Stara Miłosna

Tel. 22 773 33 77

DROBNE REMONTY I NAPRAWY

SPRZĄTANIE

STRYCHÓW I PIWNIC

503 065 403

MEBLE NA WYMIAR

kuchnie, szafy węgłowe, z lustkami, wolnostojące, garderoby, zabudowy węgł, regały, komody, inne...

Tel. 660-769-211

HYDRAULIK

– TANIO I SOLIDNIE –

506 173 607

SPRZĄTANIE, PIELĘGNACJA ZIELENI

BIURA, WSPÓLNOTY OSIEDLA, PARKINGI

504 090 050

MYCIE ELEWACJI

MYCIE DACHÓW, KOSTKI BRUK. USUWANIE MCHÓW, GŁONÓW
MALOWANIE ELEWACJI
PODNOŚNIK KOSZOWY

Tel. 792 077 071

MALARZ

Malowanie ręczne i agregatem malarskim, gładzie gipsowe. Konkurencyjne ceny. Solidny z doświadczeniem, nie pijący.

Tel. 503-759-763.

KOMPLEKSOWE, RZETELNE USŁUGI DLA WSPÓLNOT
MIESZKANIOWYCH I NIE TYLKO W ZAKRESIE:

SPRZĄTANIE, PRACE WYKOŃCZENIOWE,
PIELĘGNACJA ZIELENI

tel. 507 097 028

USŁUGI KRAWIECKIE

POPRAWKI, PRZERÓBKİ • SZYCIE NA MIARĘ
FIRANY, ZAŚLONY, OBRUSY • PRZESZYCIA
KALETNICTWO • WYPRZEDAŻ BIUSTONOSZY

WESOŁA, Trakt Brzeski 68 (parter)

tel. 609-711-754, pon.-pt. 9-17, sob. 9-13

NAPRAWA KOMINÓW

MYCIE OKIEN I DACHÓW

606 808 358 www.polinie.pl

UKŁADANIE KOSTKI BRUKOWEJ I GRANITOWEJ

TANIO, SOLIDNIE I Z GWARANCJĄ!

Telefon: 608-636-289

lub 608-538-718

ZŁOTA RĄCZKA

+ ELEKTRYKA

+ SKŁADANIE MEBLI

tel. 503 150 991

Usługi hydrauliczne

- remonty i modernizacje instalacji gazowych, kanalizacyjnych, CO, wentylacyjnych i pieców
- przeglądy i naprawy kominarskie
- uprawnienia budowlane i gazowe

tel. 694-747-213

MEBLE Z DREWNA

oferujemy:

łóżka • materace • szafy • komody
biurka • witryny • stoły • krzesła
młodziężowe • zestawy i inne

**realizujemy
indywidualne
zamówienia**

Warszawa
ul. Płowiecka 25 (róg Świeckiej)
tel./fax 22 815 35 98

www.meblesosnowe.eu

e-mail: meble@meblesosnowe.eu



KONSTANS



**Mieszkania
od 42m2**

*ceny już od 5200 zł/m2

**Warszawa - Białoleka
ul. Sprawna**

Domy w zabudowie bliźniaczej - inwestycja zakończona

**Z TYM OGŁOSZENIEM
50.000 zł
NA WYKOŃCZENIE**

**Warszawa - Wesoła
rejon ul. Borkowskiej**



tel. 22 401 33 33

tel. 509 483 081

www.konstans.com.pl

GOTOWE MIESZKANIA W MIŃSKU MAZOWIECKIM - CENY OD 3600 zł/m2
Zadzwoń: 25 756 20 16, 504 077 706



Atrakcje



dla dzieci

Zaprasza
na wakacyjne



**NIEDZIELNE
BRUNCHE
RODZINNE**

- 28.06 - „Wiejskie Jadło”
- 12.07 - „Młody Ziemniak”
- 26.07 - „Taaaka Ryba!”
- 16.08 - „Nasze Kresy”
- 30.08 - „Dożynki!”



„Jedz ile chcesz” 49 zł/osoba/*

szkolenia i kursy

Recepcja – tel. 22 783 71 10, kontakt@willazagorze.pl, www.willazagorze.pl

* Cena zawiera: 100 g. kawy, 100 g. ciasta, 100 g. deseru, 100 g. owoców, 100 g. mięsa, 100 g. ryb, 100 g. warzyw, 100 g. ziemniaków, 100 g. chleba, 100 g. słodkości, 100 g. napojów, 100 g. innych produktów.

AUTO SERWIS Inż. ADAM ANTOSIEWICZ



WARSZAWA-WESOŁA
ul. Chodkiewicza 7a
(wjazd od ul. Armii Krajowej)



ZAPRASZAMY
Pn.-Pt. 8.00-20.00
Sob. 9.00-16.00

mobile: 501 213 584, 506 052 193
tel.: (22) 773 49 23



TECHNOLOGIA



DOŚWIADCZENIE



PROFESJONALIZM



FACHOWA OBSŁUGA

- MECHANIKA POJAZDOWA
- DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA
- OBŚŁUGA I NAPRAWA KLIMATYZACJI
- PRZEGLĄDY POGWARANCYJNE-OKRESOWE
- ELEKTRONIKA
- GEOMETRIA KOMPUTEROWA
- ZAWIESZENIA
- REMONTY GŁÓWNE SILNIKÓW I SKRZYŃ BIEGÓW
- DIAGNOSTYKA I NAPRAWA UKŁADÓW
- COMMON RAIL: CDI, CDTI, JTD, DCI, TDCI, HDI
- WYMIANA OPON
- OBŚŁUGA FLOT
- CZĘŚCI ZAMIENNE
- SPRAWDZANIE POJAZDÓW PRZED ZAKUPEM
- NAPRAWA UKŁADÓW: ASR, ABS, ESP, TCS ITP.
- OFERUJEMY SAMOCHÓD ZASTĘPCZY NA CZAS NAPRAWY
- PŁATNOŚĆ: gotówka, przelew, karta

www.AutoserwisWesola.pl

GADOMSKA NIERUCHOMOŚCI

Licencja nr 51



**POSZUKUJEMY: DOMÓW, MIESZKAŃ
I DZIAŁEK W STAREJ MIŁOSNEJ**

601 355 130 oddzwonię

Dzwoń, korzystna i bezpieczna sprzedaż!!

04-076 Warszawa
ul. Waszyngtona 79/81 m. 1
(przy rondzie Wiatraczna)

tel. **22 870 55 55**
www.gadomska.pl
ewa@gadomska.pl

ewa beauty

Rezerwacja wizyty:
TEL: 504 17 20 19

ul. Jana Pawła II 23 lok. C2
W-wa Wesoła os. Stara Miłosna

promocja!

Mezoterapia MesoSIN + maska algowa
zabieg na twarz, szyję i dekolt w promocyjnej cenie:

99PLN

www.ewabeauty.pl

Regulamin promocji dostępny na stronie

Ostatnie 2 mieszkania

ul. Motylkowa 11, Warszawa-Międzylesie

Dostępne mieszkania (stan deweloperski):
97 m² – 565 tys. PLN

Rezerwując już dziś,
możesz dostać **5% rabatu**



e-mail: biuro@ulicamotylkowa.pl, tel.: 505 283 785

www.ulicamotylkowa.pl

BO dental KLINIKA STOMATOLOGICZNA

NASZA KLINIKA TO MIEJSCE PRZYJAZNE DZIECIOM
ZAPEWNIAMY PEŁEN KOMFORT MAŁYM PACJENTOM
ORAZ PEŁEN ZAKRES USŁUG:
FLUORYZACJA. LAKOWANIE.
KOLOROWE WYPEŁNIENIA. ORTODONCJA.
LECZENIE W SEDACJI



 Znajdź nas na Facebooku

ul. KAMELIOWA 12 (róg DWORKOWEJ)
05-077, WARSZAWA-WESOŁA, os. STARA MIŁOSNA
TELEFON: 662 000 206
WWW.BODENTAL.PL

Szybka pomoc w aranżacji
Twojego mieszkania w stałej,
konkurencyjnej i niezależnej
od ilości m² cenie.

POGOTOWIE
wnętrzarskie

Teraz projektowanie wnętrz jest w zasięgu Twoich możliwości.
Doświadczeni projektanci odwiedzą Cię w Twoim domu i zaproponują
najlepsze rozwiązania i zmiany oraz rozwiążą Twoje problemy.



Sprawdź na www.pogotowiewnetrzarskie.pl
lub zadzwoń 604 23 23 57 i dowiedz się więcej - to możliwe!

TRANSNec

WYWÓZ
nieczystości płynnych



Warszawa-Wesoła, ul. Szosa Lubelska 2
tel. 22 773 37 67, tel./fax 22 773 24 63
www.transnec.waw.pl